

**Автономная некоммерческая организация высшего образования
«Поволжский православный институт имени Святителя Алексия,
митрополита Московского»**

Кафедра педагогики и психологии

Направление подготовки 44.03.01 Педагогическое образование
Направленность (профиль) «Начальное образование»

БАКАЛАВРСКАЯ РАБОТА

на тему:

Развитие социального интеллекта у младших школьников

Выполнил(а) студент(ка)

4 курса группы НО 401
очной формы обучения

Мурончик Настасья Игоревна

(Ф.И.О.)

(подпись)

Научный руководитель

Денисова Елена Анатольевна,

к.псх.н., доцент

(Ф.И.О., должность, уч.степень, уч.звание)

(подпись)

Допустить к защите:

Заведующий кафедрой
педагогики и психологии,
к.псх.н., доцент

Елена Анатольевна Денисова

(подпись)

(И.О.Ф.)

« » 20 г.

Тольятти
2021

**Автономная некоммерческая организация высшего образования
«Поволжский православный институт имени Святителя Алексия,
митрополита Московского»**

Кафедра педагогики и психологии

Направление подготовки 44.03.01 Педагогическое образование
Направленность (профиль) «Начальное образование»

УТВЕРЖДАЮ

Зав. кафедрой _

Е.А. Денисова

(подпись)

(И.О.Ф.)

« ____ » _____ 20__ г.

ЗАДАНИЕ

на выполнение бакалаврской работы

Студентка Мурончик Настасья Игоревна

1. Тема: «Развитие социального интеллекта у младших школьников»
2. Срок сдачи законченной бакалаврской работы: 18.06.2021г.
3. Исходные данные:

Обязательными к рассмотрению является нормативная база организации начального образования на современном этапе и комплекс надежных и диагностических методик для проведения исследования:

1) Закон Об образовании в Российской Федерации [Электронный ресурс]: федер. закон Рос. Федерации от 29 дек. 2012 г. № 273-ФЗ: [принят Гос. Думой 21 дек. 2012 г.; одобрен Советом Федераций 26 дек. 2012 г.].–URL: http://www.consultant.ru/document/-cons_doc_LAW_140174/ / (дата обращения: 5.03.2021).

2) Гилфорд, Дж. Три стороны интеллекта // Психология мышления /Пер. с англ. / Под ред. А.М. Матюшкина. М.: Прогресс, 1966. С. 433-456.

3) Михайлова Е.С. Тест Дж. Гилфорда и М. Салливена. Диагностика социального интеллекта. Методическое руководство //СПб.: Иматон. – 2006.

4. Содержание работы:

Целесообразно изучать труды психологов и педагогов, поскольку исследование является междисциплинарным: психолого-педагогическим.

Глава 1. Теоретические основы изучения социального интеллекта в отечественной и зарубежной психологии

В первой главе следует провести теоретический анализ литературных источников по теме исследования, учитывая позиции ученых-психологов и педагогов.

Глава 2. Экспериментальная работа по развитию социального интеллекта младших школьников

База исследования: МБУ «Школа №86 имени Юрия Гагарина»

Обязательно наличие контрольной и экспериментальной групп учащихся для проведения исследования.

Следует использовать надежные, валидные диагностические методики.

Проведение и описание всех этапов опытно-экспериментальной работы должно содержать анализ количественных и качественных результатов исследования.

В заключении следует сделать обобщающие выводы по результатам исследования.

Оформление библиографического списка следует сделать с учетом требования стандартов.

5. Ориентировочный перечень графического и иллюстративного материала: таблицы, рисунки (диаграммы, схемы):

Таблицы, содержащие статистические данные целесообразно, если они имеют большой объем, оформить в качестве Приложений.

В Приложении целесообразно поместить методические разработки занятий из Программы внеурочной деятельности.

6. Дата выдачи задания « » январь 2021г.

Научный руководитель _____ к.психол.н., доцент Е.А.Денисова
(подпись) (И.О.Ф.)

Задание приняла к исполнению _____ Н. И. Мурончик
(подпись) (И.О.Ф.)

СПРАВКА

о внедрении результатов выпускной квалификационной работы студента (ки) направления подготовки 44.03.01 Педагогическое образование, направленность (профиль) «Начальное образование»

АНО ВО «Поволжский православный институт»

Мурончик Настасьи Игоревны

(имя, фамилия, отчество студента (ки))

на тему: Развитие социального интеллекта у младших школьников.

(тема выпускной квалификационной работы)

1. Наименование предложения, разработанного в рамках дипломного проектирования: на методическом объединении учителей начальных классов МБУ «Школа №86 имени Юрия Гагарина» предлагалось обсуждение вопроса о возможности использования разработанной системы занятий «Я и мои эмоции», направленную на развитие социального интеллекта и эмоциональной сферы у младших школьников.

2. Краткая аннотация: Развитие социального интеллекта необходимо младшему школьнику для эффективного межличностного взаимодействия с окружающими и успешной социальной адаптации. Дети младшего школьного возраста еще мало осознают свои переживания, не всегда способны понять их причины. На трудности младший школьник чаще всего отвечает гневом, страхами, обидой. Программа «Я и мои эмоции» была создана с целью развития эмоциональной сферы младших школьников, социального интеллекта детей, коммуникативных навыков.

Цель программы: формирование социального интеллекта младших школьников, развитие эмоциональной сферы.

Программа развития разработана на основе анализа авторских программ: тренинга Р. Р. Калининой «Страна понимания»; О. А. Куриловой «Я в мире людей, программы развития эмоционально-волевой сферы младших школьников Ю.И. Мокичевой.

Программа «Я и мои эмоции» ориентирована на обучающихся 4-х классов, в объеме 12 часов.

3. Эффект от внедрения:

Улучшение общего эмоционального фона в классе. Снижение негативных эмоциональных переживаний. Снижение количества конфликтов внутри класса.

4. Место использования предложения МБУ «Школа №86 имени Юрия Гагарина»

Время использования предложения: 03.05.2021-01.06.2021:

5. Форма внедрения: внеурочные занятия, подготовка к выступлению на конференции

Программа была апробирована во внеурочное время и может быть внедрена в практику образовательного учреждения с целью развития социального интеллекта у младших школьников. Программа может использоваться учителями начальных классов, социальными педагогами, вожатыми в рамках пришкольных лагерей и др

Заместитель директора по УВР Киселева Марина Александровна _____
(подпись)

М.П. учреждения

« _____ » _____ 20 ____ г.

СОДЕРЖАНИЕ

Глава 1. Теоретические основы изучения социального интеллекта в отечественной и зарубежной психологии.....	3
ВВЕДЕНИЕ	8
Глава 1. Теоретические основы изучения социального интеллекта в отечественной и зарубежной психологии	12
1.1 Понятие социального интеллекта в трудах отечественных и зарубежных ученых	12
1.2 Структурные особенности и функции социального интеллекта, его проявление	16
1.3 Особенности, подходы и принципы развития социального интеллекта у младших школьников	24
Выводы по 1 главе	28
Глава 2. Экспериментальная работа по развитию социального интеллекта младших школьников	29
2.1 Организация и методика проведения исследования социального интеллекта младших школьников	29
2.2 Анализ и интерпретация результатов экспериментального исследования развития социального интеллекта у младших школьников	35
2.3 Программа тренинговых занятий по развитию социального интеллекта у младших школьников и результаты ее апробации.	45
Выводы по 2 главе	55
ЗАКЛЮЧЕНИЕ	56
БИБЛИОГРАФИЧЕСКИЙ СПИСОК	59
ПРИЛОЖЕНИЕ	65

ВВЕДЕНИЕ

Очень важной задачей развития личности в младшем школьном возрасте становится приобретение навыков социального взаимодействия с группой сверстников и умение приобретать друзей. В статье 66 Федерального закона «Об образовании в Российской Федерации» отмечается, что общее начальное образование должно быть направлено на формирование у учащегося навыков самоконтроля и культуры поведения в обществе [2].

В Федеральном Государственном Образовательном Стандарте общего начального образования описаны характеристики выпускника начальной школы, и среди прочих выделяется владение ребенком умений слушать и слышать оппонента, обосновывать и аргументировать свою позицию, высказывать свое мнение [1].

Специалисты в области социальной психологии определяют социальный интеллект как целостную систему психических и поведенческих характеристик человека, способствующих пониманию поступков и действий людей, распознаванию его вербальных и невербальных реакций.

В особенности, важное место социальный интеллект занимает среди профессиональных качеств тех, людей, чья работа связана с постоянным взаимодействием с другими субъектами социума. Кроме того, социальный интеллект является фактором социальной адаптации личности, а успешная социальная адаптация, как известно ведёт к росту личностных достижений, профессионального карьерного роста [34].

Сейчас более остро встает вопрос социального интеллекта в условиях современного общества и взаимоотношений людей внутри него. В условиях, при которых люди максимально закрыты друг от друга, достаточно сложно выстраивать взаимоотношения с окружающими, не говоря уже о взаимном понимании.

Благодаря появлению социальных сетей общение людей сводится к новым его формам, выражаясь в виде виртуального общения. И в ходе такого

взаимодействия мы теряем возможность налаживать свои коммуникативные навыки, а как следствие – неверное распознавание поведенческих особенностей, другого человека, неумение прогнозировать развитие межличностных ситуаций, интерпретировать информацию и поведение. Люди часто оказываются не готовыми к социальному взаимодействию.

Следовательно, проблему развития социального интеллекта можно назвать актуальной для всех людей, включая и младших школьников, так как именно в младшем школьном возрасте происходит не только активное развитие интеллектуальных способностей ребенка, но и развитие всякого рода межличностных взаимодействий, представлений ребенка о личности и общественном поведении. Все это обусловлено сменой социальной ситуации развития и развитием самопознания и самооценки детей младшего школьного возраста.

Исходя из вышеизложенных фактов, можно утверждать, что тема, выбранная нами для изучения в курсовой работе, является актуальной на сегодняшний день.

Актуальность исследования: социальный интеллект как социопсихологический феномен, изучается и рассматривается как один из необходимых характеристик современной личности, являясь согласованной группой умственных способностей, обеспечивающих понимание собственных эмоций, распознавание поведения окружающих его людей и умение прогнозировать межличностные отношения, социальный интеллект имеет важную роль в процессе социализации, реализации межкультурного взаимодействия в современном обществе.

Цель исследования – теоретически обосновать и эмпирически изучить особенности развития социального интеллекта у младших школьников, разработать программу развития социального интеллекта у младших школьников.

Объект исследования – социальный интеллект, как социопсихологический феномен.

Предмет исследования – развитие социального интеллекта у детей младшего школьного возраста.

Гипотеза исследования: процесс развития социального интеллекта у детей младшего школьного возраста будет эффективным если:

- В работе с детьми использовать различные упражнения и тренинги на контроль и понимание своих эмоций и переживаний
- Создавать ситуации общения, в которых учащимся необходимо было использовать навык саморегуляции.

Задачи исследования:

1. На основе теоретического анализа психолого-педагогической литературы изучить проблему социального интеллекта младших школьников.
2. Выявить критерии, определяющие уровень социального интеллекта младших школьников.
3. Подобрать диагностические методики и провести эмпирическое исследование социального интеллекта младших школьников.
4. Проанализировать результаты исследования социального интеллекта у младших школьников

Для решения поставленных задач были использованы следующие методы и методики исследования:

- анализ психолого-педагогической и методической литературы, относящейся к объекту исследования, с целью разработки методических задач и построения их системы;
- методы сбора эмпирических данных: констатирующий эксперимент, тестирование;
- формирующий эксперимент;
- методы интерпретации и описания данных: количественный и качественный анализ результатов исследования;

- методы математической статистики;
- Тест «Социальный интеллект» Дж. Гилфорда.

Экспериментальная база исследования: в тестировании участвовали 23 учащихся 4 класса. В возрасте от 9 до 10 лет. Из них 13 мальчиков и 10 девочек, учащиеся МБУ «Школы №86 имени Юрия Гагарина» г.о. Тольятти.

Практическая значимость: разработана программа развития социального интеллекта, которая может быть внедрена в практику педагогов начального образования и использована в качестве внеурочной работы. Теоретические положения и полученные эмпирические результаты могут быть использованы в учебных заведениях для развития социального интеллекта у младших школьников.

Апробация: основные результаты исследования были апробированы в рамках III Региональной молодежной научно-практической конференции «Поволжский фестиваль студенческой науки» в секции «Современные психолого-педагогические средства обучения и воспитания детей». По итогам работы секции получен диплом за 2 место (г.о. Тольятти). А также в рамках IV Региональной молодежной научно-практической конференции «Поволжский фестиваль студенческой науки» в секции «Современные психолого-педагогические методы, технологии и инструменты обучения и развития личности» (г.о. Тольятти). По результатам конференции получен сертификат участника.

Основные положения исследования опубликованы в педагогическом форуме № 1(7) 2021.

Структура выпускной квалификационной работы: работа состоит из введения, двух глав, заключения и библиографического списка, трех приложений.

Глава 1. Теоретические основы изучения социального интеллекта в отечественной и зарубежной психологии

1.1 Понятие социального интеллекта в трудах отечественных и зарубежных ученых

Термин «социальный интеллект» впервые был введен в зарубежную педагогику и психологию Эдуардом Ли Торндайком в 1920г. и трактовался им как «дальновидность в межличностных отношениях». В своей теории Торндайк рассматривал три вида интеллекта: абстрактный (восприятие мира через вербальные знаки и символы, умение оперировать понятиями и словами), конкретный (выполнение повседневных действий и задач, производимых на основе уже имеющейся информации) и социальный (умение вести себя мудро в межличностных отношениях, благодаря распознаванию эмоций и чувств оппонента).

Э. Торндайк рассматривал социальный интеллект в качестве особой способности человека, обеспечивающей успешное взаимодействие именно в человеческом окружении. Одной из главных функций социального интеллекта, ученый выделяет способность к распознаванию прогнозированию поведения других людей [5].

Следуя обобщенной концепции Г.Ю. Айзенка, можно говорить о трех видах интеллекта: биологическом, психометрическом и социальном, соответствующих разным структурным уровням интеллекта. Под биологическом интеллектом, Айзенк понимал врожденные способности личности к обработке, поступающей в мозг, информацию. Без данного базового вида интеллекта невозможно осмысленной поведение. Психометрический интеллект определенным образом организует ментальный опыт и отвечает за переработку получаемой извне информации. Социальный интеллект в свою очередь определяется как вид интеллекта, который

обеспечивает переработку информации, необходимой для предположения результатов деятельности [3].

Г.Ю. Айзенк определяет социальный интеллект ««интеллект индивида, формирующийся в ходе его социализации, под воздействием социокультурных условий» [3, с. 127].

Зачастую, в литературе можно заметить, что понятие социального интеллекта приравнивается к понятию социального мышления, перцепции. Так, например, Жо Годфруа придерживается именно этой точки зрения. Такое мнение напрямую сопряжено с тенденцией отдельного изучения этих понятий в рамках социальной и общей психологии [9].

В период с 1950г. по 1967г. Исследованиями социального интеллекта подробно занимался известный английский ученый Дж. Гилфорд. Благодаря его упорству в изучении проблемы социального интеллекта, термин «социальный интеллект» вошел в арсенал психолого-педагогической практики и стал одним из измеряемых конструкторов.

Возможность измерения социального интеллекта вытекает из общей модели структуры социального интеллекта, созданной Дж. Гилфордом. Ученый определял социальный интеллект как «систему интеллектуальных способностей, непосредственно независимых от уровня общего интеллекта, которые, как и общеинтеллектуальные, можно описать в пространстве трех переменных: содержание, операции, результаты». Согласно концепции Гилфорда, социальный интеллект - это совокупная (обобщенная) интеллектуальная способность, определяющая успешность общения и общественной адаптации. Социальный интеллект связывает воедино и регулирует познавательные процессы, связанные с отражением социальных объектов.

В разработанной Дж. Гилфордом модели, описаны более 30 способностей человека, относящиеся к социальному интеллекту. Некоторые из них соотносятся с пониманием поведения оппонента, некоторые – с продуктивным мышлением в области поведения, некоторые – с его оценкой.

Немаловажно в концепции Дж. Гилфорда то, что он делает акцент на тот факт, что понимание поведения других людей и самого себя имеет в большинстве случаев невербальный характер [12].

Благодаря подробной модели социального интеллекта, созданной Дж. Гилфордом была открыта дорога для создания тестовой батареи, позволяющей диагностировать уровень социального интеллекта. Wedeck (1947) стал главным разработчиком стимульного материала, содержащие рисуночные и текстовые стимулы. Данные исследования подтвердили необходимость использования невербального материала для изучения уровня социального интеллекта. В ходе диагностического исследования не было выявлено зависимости между уровнем общего и социального интеллекта.

Наряду с зарубежными психологами и педагогами, изучавшими социальный интеллект, свой вклад в исследование данного понятия внесли отечественные ученые. Наши соотечественники рассматривали социальный интеллект преимущественно в аспекте коммуникативной компетентности (М.В. Молоканов; М.И. Бобнева, Ю.Н. Емельянов; А.Л. Южанинова) и также трудились над предполагаемой структурой и функциями социального интеллекта (Д.В. Люсин, Д.В. Ушаков, А.И. Савенков, С.С. Белова и др.).

Одной из первых данный термин стала использовать М.И. Бобнева в 1978г., которая наблюдала его в системе общественного развития личности. Ученый подчеркивает особенную необходимость у формирующейся личности – необходимость в социальном опыте. Данная потребность может найти применение в виде каких-либо неконтролируемых, стихийных поступков и действий, но никак не может быть реализована в намеренно организованных условиях. М.И. Бобнева утверждает, «что общественно-психологическое формирование личности подразумевает развитие тех способностей и свойств, которые обеспечат ее социальную адекватность». Такими необходимыми способностями являются социальное воображение и социальный интеллект. Под первым подразумевается возможность помещать самого себя в

действительный социальный контекст и определять личную траекторию поведения в соотношении с таким воображением.

Социальный интеллект – это способность видеть и понимать сложные взаимоотношения и зависимости в обществе. М.И. Бобнева рассуждает о том, «что социальный интеллект необходимо изучать в качестве особой способности личности, формирующуюся в результате его постоянной деятельности в общественной сфере и социальных взаимодействий». Исследователь делает акцент на том, что уровень общего интеллекта при этом не связан однозначно с уровнем социального интеллекта, он является лишь необходимыми, но недостаточным условием социального развития человека. Также автор утверждает, что высокий интеллект в некоторых случаях может совершенно обесцениваться социальной слепотой человека, общественной неадекватностью поведения и личностных установок [32].

Определение термина социальный интеллект также выдвинул Ю.Н. Емельянов, привязав его к понятию «социальная сенситивность». Ученый считал, что на фоне интуиции у человека формируются собственные «эвристики», используя которые человек формирует умозаключения и некие выводы в отношении межличностного взаимодействия. Они обладают надежностью и достаточным прогностическим эффектом [16].

Ю.Н. Емельянов трактует понятие социального интеллекта как «сферу возможностей, субъект-субъектного познания индивида», понимая под этим «устойчивую, основанную на специфике мыслительных процессов, аффективного реагирования и социального опыта способность понимать самого себя, а также других людей, их взаимоотношения и прогнозировать межличностные события» [16].

Емельянов выделяет несколько источников социального интеллекта (жизненный опыт, искусство, общая эрудиция, научные методы).

Д.В. Ушаков, известный российский специалист в области когнитивной психологии, отстаивает позицию, «что социальный интеллект можно считать видом интеллекта, но не отрицает при этом его своеобразие».

Ученый утверждает, что «к социальному интеллекту могут быть применены те закономерности, которые обнаружены в определении общего интеллекта, и он может рассматриваться как навык познания общественных явлений, который составляет один из возможных элементов социальных умений и компетентности, а не полностью замещает их». Исходя из этого автор ставит социальный интеллект наравне с остальными видами интеллекта [37].

По мнению Т.М. Матюрина, способность к пониманию поведения людей тесно связана с общей заинтересованностью миром людей, склонностью к психологическому анализу поведения себя и других людей. Следовательно, социальный интеллект можно представить как конструкт, который имеет двойственную природу с одной стороны связанный с когнитивными способностями, с другой – с личностными характеристиками.

Отсюда можно сделать вывод, что социальный интеллект – это психическое свойство, которое формируется на протяжении всей жизни под влиянием различных факторов.

Анализ психолого-педагогической литературы еще раз подтверждает актуальность выбранной темы и наглядно показывает, что в последние три-четыре десятилетия наука все больше проявляет интерес к проблеме исследования социального интеллекта. Обособление социального интеллекта как специальной области психолого-педагогического исследования оправдано относительной автономностью и сложностью данного социопсихологического феномена, который в свою очередь обуславливает успешность личности в современном обществе, высокий уровень коммуникативных умений, навыков гармоничного взаимодействия.

1.2 Структурные особенности и функции социального интеллекта, его проявление

Рассмотрение структуры интеллекта и исследование составляющих компонентов социального интеллекта позволяет более подробно и

всесторонне понять структуру данного психического феномена. Как в зарубежной, так и отечественной психологии и педагогике авторы выделяют содержательные компоненты социального интеллекта и их значимость в реальном взаимодействии между людьми.

Интересной и более подробной, на наш взгляд, является модель интеллекта, описанная Дж. Гилфордом. Говоря о видах получаемой из вне информации, автор выделяет более 120 факторов интеллекта, которые можно отнести в разряд интеллектуальных способностей. Основаниями данной классификации факторов интеллекта стали виды операций при обработке информации, содержание, формат предъявляемой информации, полученные результаты.

Гилфорд выделял четыре типа интеллекта, в том числе семантическую и социальную форму интеллекта и сопутствующие им интеллектуальные способности.

При способностях, связанных с семантическим и символическим содержанием, имеется два вида абстрактного интеллекта. Семантический интеллект крайне важен для понимания смысла явлений, которые описываются словесными понятиями. С помощью данного вида интеллекта, человек может выявлять необходимый для получения информации контекст, он также помогает выделению данной информации из фона, ее осмыслению, проверке на истинность, использование в процессе деятельности. Именно этот вид интеллекта имеет вес в деятельности человека, чья работа напрямую связана с обработкой словесной информации.

Поведенческий или социальный интеллект имеет взаимосвязь с анализом поведения оппонента. Правильное понимание своего поведения и поведения окружающих людей в большинстве случаев имеет несловесный, невербальный характер. Как пишет сам Дж. Гилфорд, «в этой области теорией насчитывается не менее 30 способностей, некоторые из них относятся к пониманию поведения, некоторые – к продуктивному мышлению в области поведения и некоторые – к его оценке» [12].

Возможность измерения социального интеллекта выводится из общей модели структуры интеллекта Дж. Гилфорда. Он объяснял термин социальный интеллект как систему интеллектуальных способностей, не имеющих взаимосвязь с фактором общего интеллекта и связанных прежде всего с познанием поведенческой информации, которые, как и общеинтеллектуальные, можно описать в пространстве трех переменных: содержание, операции, результаты.

Исследования, проводимые в течении более чем 20 лет Дж. Гилфордом и его сотрудниками в университете Южной Калифорнии с целью разработки тестовых программ, завершились созданием не одномерной, а кубической модели структуры интеллекта.

Каждая из данных интеллектуальных способностей описывается в терминах конкретного содержания, операций, результата и обозначается сочетанием трех индексов. Рассмотрим параметры каждой из трех переменных с указанием соответствующего буквенного индекса.

Содержание предъявляемой информации

- Образы (F) - зрительные, слуховые, тактильные и другие образы, отражающие структурные физические характеристики объекта.
- Символы (S) - формальные знаки: Буквы, цифры, ноты, кодовые обозначения и т.д.
- Семантика (M) - концептуальная информация, чаще всего словесная; вербальные идеи и понятия; смысл, передаваемый при помощи слов или изображений.
- Поведение (B) - информация, отражающая процесс межличностного общения: мотивы, потребности, настроения, мысли, установки, определяющие поведение людей [12].

Операции по переработке информации:

- Познание (C) - обнаружение, узнавание, осознание, понимание полученной информации.
- Память (M) - запоминание и хранение полученной информации.
- Дивергентное мышление (D) – способность к поиску множества разнообразных решений одной и тоже задачи или проблемы.
- Конвергентное мышление (N) – линейное мышление, способность к поэтапному выполнению задачи, следованию алгоритму.
- Оценивание (E) - сравнение и оценка какой-либо информации по определенному критерию [12].

Результаты обработки информации:

- Элементы (U) – отдельно взятые единицы информации, единичные сведения.
- Классы (C) - основания отнесения объектов к определенному классу, группировки сведений на основании общих элементов или свойств.
- Отношения (R) – образование и установление отношений между единицами информации, связи между объектами.
- Системы (S) - комплексы взаимосвязанных частей, информационные блоки, целостные сети, составленные из элементов.
- Трансформации (T) - преобразование, модификация, перефразирование информации.
- Импликации (I) - выводы, логически связанные с данной информацией, но выходящие за ее границы [12].

Так, классификационная схема Д. Гилфорда описывает 120 интеллектуальных факторов: $5 \times 4 \times 6 = 120$. Каждая интеллектуальная

способность изображается маленьким кубиком, образованный тремя осями координат: содержание, операции, результаты



Рисунок 1 – Модель интеллекта Дж. Гилфорда

Также свою модель социального интеллекта предложил Г. Айзенк. Автор исходит из того, что «интеллект - это научное понятие и рассуждает о трудностях определения данного термина и связывал это с наличием трех относительно самостоятельных и разных по содержанию концепций». Ученый описывает их с учетом всех различий и создает общую концепцию интеллекта и единое определение [3].

Биологический интеллект – фундаментальный аспект интеллекта. Данный вид интеллекта служит физиологической, неврологической, биохимической и гормональной основой познавательного поведения.

Психометрический интеллект – так называемый IQ. Уровень данного вида интеллекта во многом зависит от биологического интеллекта, но помимо этого на него влияют факторы воспитания в семье, образование, социоэкономический фактор.

Социальный интеллект – это интеллект индивида, формирующийся в процессе его социализации, под воздействием условий социальной среды. В целом, социальный интеллект проявляется в использовании IQ для социальной адаптации.

Г.Ю. Айзенк объединяя все концепции, показывает их взаимовключенность показана на рисунке 2

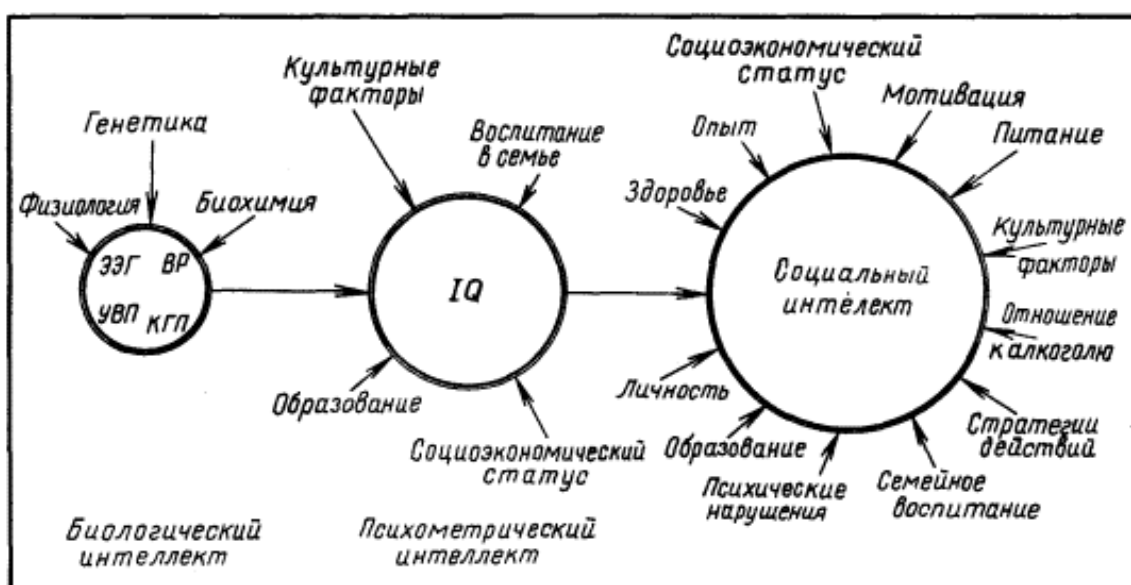


Рисунок 2 – Модель интеллекта Г.Ю. Айзенка

Говоря о функциях социального интеллекта, следует упомянуть об исследованиях В.Н. Куниценой. Автор определяла данное понятие как «глобальную способность, возникающую на базе комплекса интеллектуальных, личностных, коммуникативных и поведенческих черт, включая уровень энергетической обеспеченности процессов саморегуляции; эти черты обуславливают прогнозирование развития межличностных ситуаций, интерпретацию информации и поведения, готовность к социальному взаимодействию и принятию решений». [24].

Данная способность позволяет в итоге достигать гармонии с собой и окружающим миром. Куница отводила большую роль личностным ограничениям, то есть личностной составляющей.

По ее мнению, основные функции социального интеллекта состоят в следующем:

- Обеспечение адаптивности в изменяющихся условиях;
- Формирование и планирование успешного взаимодействия в тактическом и стратегическом направлениях, решение поступающих задач;
- Прогнозирование развития межличностных отношений;
- Функция мотивации;
- Увеличение поля социальной компетентности;
- Саморазвитие, саморегуляция, самопознание.

Одна из главных интегральных функций социального интеллекта – построение долгосрочных взаимоотношений с возможностью развития и положительного взаимовлияния на основе осознания уровня и характера отношений.

Также важна мобилизационная функция социального интеллекта, которая помогает преодолевать внезапные кризисы, долгосрочные стрессы, ситуации, угрожающие самоуважению.

Д.В. Ушаков настаивает на том, «что что социальный интеллект обладает рядом характерных структурных особенностей»:

- непрерывностью;
- использованием невербальной репрезентации;
- социальным оцениванием при помощи вербализации;
- формированием в процессе социального научения;
- использованием внутреннего, уже имеющегося опыта [42].

Таким образом, на основании анализа психолого-педагогической литературы можно сделать вывод о том, что социальный интеллект –

достаточно новое понятие в науке, которое находится в процессе непрерывного изучения, развития и уточнения. Нельзя не принять тот факт, что социальный интеллект определяет уровень успешности и положения личности в обществе.

Младший школьный возраст, ограничивающийся периодом обучения в начальной школе, и совпадает с возрастными рамками 6-7 до 9-10 лет. В данный период происходит перестройка всего организма ребенка, его физическое и психическое развитие, которое обеспечивает полное систематическое обучение в школе.

Известный деятель в области педагогики и психологии Р. Атаханов считает, что «начало обучения в школе ведет к коренному изменению социальной ситуации ребенка. Школьник становится общественным субъектом и получает теперь социально значимые обязанности, выполнение которых предполагает общественную оценку». На протяжении всего младшего школьного возраста происходит построение нового типа взаимоотношений с окружающими людьми. Безусловный авторитет взрослого постепенно отходит на второй план и все большее значение для ребенка приобретают сверстники, возрастает значение детского общества. [49]

В данном возрастном периоде появляется новый вид деятельности – учебная, она определяет важнейшие изменения, происходящие в развитии психики. Ведущая деятельность не отменяет того, что младший школьник активно включен в иные виды деятельности, в ходе которых совершенствуются и закрепляются его новые достижения, появляются такие новообразования как планирование результатов действия и самооценка поступков.

По мнению С.В. Ковалева «ребенок способен оценивать свой поступок с точки зрения его результатов и таким образом изменить поведение, спланировать его соответствующим образом». Ребенок способен также оборотить свои желания, если результат его деятельности не будет соответствовать определенным нормам или не приведет его к поставленной

цели. Младший школьник начинает активно размышлять о своих действиях, устаивать свои переживания.

Ребенок младшего школьного возраста – это человек, активно овладевающий навыками общения и взаимодействия в социуме. В этот период происходит интенсивное установление всякого рода контактов. Приобретение навыка социального взаимодействия с группой сверстников и умение заводить друзей становится одной из самых важных задач на данном возрастном этапе. Как правило дети в возрасте от 6 до 9 лет больше внимания обращают на поведение других, а не на характеристики личности. В речи младшего школьника можно слышать такие высказывания как «мой друг хорошо себя ведет», «с ним весело проводить время», «он меня обижает». В этот период дружеские связи нельзя назвать прочными, часто они недолговечны. Между 8 и 11 годами, дети называют других друзьями тех, кто приходит им на помощь, отзывается на их просьбы, разделяет их интересы [29].

По мнению Б.В. Кулагина [22] «отношения младших школьников включают в себя восприятие и оценивание людьми друг друга, их взаимодействие в ходе совместной деятельности и общения». Совпадение целей, характеров и общих интересов создает благоприятный фон для общения. В тех ситуациях, когда дети не понимают друг друга или даже, не принимают, когда сталкиваются их интересы и возникают конфликты, их взаимоотношения сопровождаются проявлением отрицательных чувств и эмоций. За управление такими эмоциями и чувствами отвечает социальный интеллект, как способность правильно понимать поведение других, распознавать и чувствовать эмоциональное состояние оппонента общения.

1.3 Особенности, подходы и принципы развития социального интеллекта у младших школьников

Опыт социального взаимодействия у человека приобретается непосредственно в процессе общения и обусловлен разнообразием

социальных отношений, обеспечивающимися благодаря близкому окружению. При этом без активной позиции взрослого данная развивающая среда, которая направлена на передачу культурных ценностей взаимоотношений в обществе, не может нести в своем содержании правильный социальный опыт. Исключительно благодаря совместной деятельности и общению с разными людьми ребенок осваивает всечеловеческий опыт, накопленный предшествующими поколениями. Таким образом ребенок овладевает новыми навыками и умениями, формулирует собственные потребности, убеждения, формирует ценности [20].

Р. Селман выдвинул свою модель онтогенеза социального интеллекта и разработал теорию принятия социальной роли. Автор выделил пять основных стадий развития социального интеллекта человека [5]:

Нулевая, досоциальная стадия – такая стадия, на которой ребенок не дифференцирует внутренние, психические и внешние, физические принципы поведения.

Первая стадия развития социального интеллекта – стадия различия внешнего и внутреннего мира, сменяется стадией согласования различных точек зрения, намерений

Вторая стадия – ребенок пробует занять позицию другого человека, встать на его место и также предлагает оппоненту свое положение.

Третья стадия достигается ребенком, как правило, в 10-12 лет. Ребенок начинает понимать взаимозависимость разных, даже противоположенных целей поведения отдельных людей; формируется представление о человеческом взаимодействии, структурироваться, систематизироваться.

Четвертая стадия развития социального интеллекта подразумевает полное осознание различных уровней человеческой близости в общении.

Главными источниками развития социального интеллекта человека можно назвать жизненный опыт, творческую деятельность, общую эрудированность и специальные научные методы. Жизненный опыт

подразумевает под собой синтез разнообразных умений и навыков, эмпирических знаний и оценок, интуитивные находки, нравственные принципы. Общая эрудированность определяется как запас достоверных и систематизированных гуманитарных знаний, которые относятся к истории и культуре общения людей [18].

Социальный интеллект детей младшего школьного возраста формируется в ходе общения. Данная потребность в постоянном общении удовлетворяется главным образом в ведущей учебной деятельности, определяя тем самым его взаимоотношения в коллективе. Главная роль здесь отведена учителю, которые показывает образцы нравственного поведения через оценивание своих учеников, их успехов и неудач [15].

Развитие социального интеллекта ребенка младшего школьного возраста (6-11 лет) имеет прямую взаимосвязь с переменой его образа жизни, расширением круга его общения. Вместе с этим продолжается стремительное совершенствование «эмоционального языка» ребенка. Ближе к окончанию младшего школьного возраста умение владеть и управлять своими эмоциями укрепляется. В данный возрастной период у детей активно развиваются такие социальные эмоции как, способность к сопереживанию, чувство доверия другим детям, чувство ответственности [14].

Теоретико-методологическими подходами в решении проблемы исследования было выбрано сочетание ситуационного и социально-ориентированного подходов, применение которых создают условия для развития социального интеллекта у младших школьников.

Социально-ориентированный подход (Е.В. Бондаревская, В.В. Сериков, Э.Н. Гусинский и др.) предполагает в своём основании развитие у обучающихся обобщённого представления о современном социальном мире, в котором все чувства, поступки, переживания людей, а также объекты и явления находятся в абсолютной взаимосвязи и зависимости между собой. Социализация в таком случае осуществляется через учебную и внеурочную деятельность. Большую часть в социализации ребенка берет на себя общение,

как один из основных видов деятельности обучающегося. В процессе общения со сверстниками, родителями, учителями дети получают и углубляют свои познания об общественной жизни и социальном взаимодействии.

Ситуационный подход (Г.В. Власова, У.Д. Дункан, Л.Н. Смирнова и др.) в работе с учениками требуют учета ситуаций обучения, которая тщательно планируется и направлена на решение поставленных задач. Данный подход предусматривает возможность развития социального интеллекта в разных направлениях и его реализацию в различных видах деятельности.

В результате анализа психолого-педагогической литературы по данной проблематике, можно сделать вывод отражающих необходимость развития социального интеллекта у детей младшего школьного возраста: Невозможно развитие социального интеллекта ребенка и успешность его общения и взаимоотношения с группой сверстников в отрыве от его главной социальной роли и обязанности – быть учеником. Дети, обладающие наиболее развитыми социальными и коммуникативными навыками, способностями в некоторой мере и степени управлять своими эмоциями и переживаниями, гораздо легче переносят изменения социальной ситуации [31].

Таким образом, можно сделать вывод о том, что развитие социального интеллекта во многом организует жизнь и деятельность ребенка, его взаимоотношения с окружающими людьми. Развитие социального интеллекта младшего школьника позволяет более адекватно выражать свои эмоции, чувства и переживания, эффективно взаимодействовать с окружающими, развивать эмпатические способности. Развитие данных умений непосредственно связано с личным успехом детей в разнообразных видах деятельности.

Выводы по 1 главе

Первая часть данной работы включает в себя теоретический анализ психолого-педагогических работ по проблеме социального интеллекта младших школьников. В ходе проделанной работы нами было определено:

1) Социальный интеллект возможно определить, как сложный социопсихологический феномен, отражающий способность человека анализировать вербальные и невербальные особенности поведения оппонента.

Социальный интеллект также несет в себе такие компетенции как: саморегуляция, эмпатия, социальная адаптация. Проявляется данная особенность в поведении индивида, отношении к другим людям, стиле общения и способах взаимодействия с оппонентами.

2) Развитие социального интеллекта благоприятно проходит в младшем школьном возрасте, когда ребенок активно овладевает навыками общения.

3) В процессе развития социального интеллекта особое внимание стоит отвести целенаправленному изучению эмоциональной сферы обучающихся. Необходимо уделить внимание познанию своих собственных эмоций, своих состояний, научить детей распознавать свои переживания, а потом научиться делать это в процессе общения с другими людьми.

Для полноценного развития социального интеллекта младших школьников необходимо организовать формат тренинговых занятий, где дети смогли бы полностью раскрыть себя.

Глава 2. Экспериментальная работа по развитию социального интеллекта младших школьников

2.1 Организация и методика проведения исследования социального интеллекта младших школьников

На основе анализа теоретических положений по проблеме исследования мы приступили к проведению констатирующего этапа эксперимента.

Исследование уровня социального интеллекта проводилось на базе МБУ «Школа №86 имени Юрия Гагарина» города Тольятти. В исследовании принимали участие 23 человека, 4 класса в возрасте 9-10 лет. Из них 10 девочек и 13 мальчиков. Для проведения исследования была проведена методика, подходящая для учащихся данной возрастной категории.

Цель констатирующего эксперимента: определение уровня развития социального интеллекта 4г класса. Данный класс негетерогенной наполняемости, разнородной контингент: по социальному статусу, семейному воспитанию и гендерному признаку. Дети, обучающиеся в наблюдаемом классе одной возрастной группы

В соответствии с целью нами была выбрана и применена следующая методика:

Методика Дж. Гилфорда, М. Салливена, тест «Социальный интеллект». (см. Приложение А)

Выбранная нами методика рассчитана на весь возрастной диапазон, начиная с 9 лет.

Стимульный материал представляет собой тестовую батарею, состоящую из 4 тестовых тетрадей. Из них 3 субтеста составлены на невербальном материале и представлены в виде истории, изображенной в картинках, о 1 субтест на вербальном материале. Каждый субтест содержит в себе от 12 до 15 заданий. Субтесты диагностируют четыре способности в

структуре социального интеллекта, два субтеста имеют в своей структуре также второстепенные веса, относящиеся к умению понимать и различать элементы и отношения поведения. Время, отведенное на решение каждого субтеста строго регламентировано.

Исходя из целей исследования, выбранная нами методика допускает как проведение полной батареи (всех четырех тестов), так и использование отдельно взятых субтестов. При использовании полного варианта тестирования, порядок раздачи тестовых тетрадей меняться не может.

Перед началом тестирования выдаются бланки ответов, на которых должны быть зафиксированы определенные сведения о себе. Перед решением каждого субтеста обязательно оглашаются правила проведения и инструкция (см. Приложение А). Приступать к работе можно только после команды «Начали».

Обработка результатов.

Для обработки результатов исследования используются заполненные бланки ответов, ключ и нормативные таблицы для определения стандартных значений. Результаты подсчитываются по каждому субтесту, которые отражают уровень развитости той или иной способности отдельно и по всему тесту в целом, являющиеся композитной оценкой и отражением общего уровня развитости социального интеллекта на данный момент.

Интерпретация результатов отдельных субтестов.

После окончания процедуры обработки результатов выставляются стандартные баллы по каждому субтесту, отражающие уровень развитости соответствующих умений познания поведения. Общий смысл стандартных баллов можно определить следующим образом:

- 1 балл - низкие способности к познанию поведения;
- 2 балла - способности к познанию поведения ниже среднего (сред-неслабые);
- 3 балла - средние способности к познанию поведения (средневыборочная норма);

- 4 балла - способности к познанию поведения выше среднего (среднесильные);
- 5 баллов - высокие способности к познанию поведения [40].

При выставлении стандартной оценки 1 балл по какому-либо субтесту нужно сначала убедиться в том, понял ли обследуемый инструкцию правильно.

Субтест № 1 - «Истории с завершением»

При получении испытуемыми высокой оценки по субтесту можно сказать, что данные лица способны предвидеть последствия поведения. Они умеют предвосхищать дальнейшие поступки людей на основе изучения реальных ситуаций общения, прогнозировать события, основываясь на понимании чувств, мыслей, намерений оппонентов. Их прогнозы могут оказаться неверными, если они будут иметь дело с людьми, которые ведут себя самым нестандартным, нетипичным образом. Такие люди могут грамотно выстраивать линию собственного поведения для достижения поставленной ими цели.

Успешное выполнение субтеста предполагает способность ориентироваться в невербальных реакциях участников взаимодействия и знание нормо-ролевых моделей и правил, регламентирующих поведение людей.

При получении испытуемыми низкой оценкой по субтесту следует сказать, что данные лица плохо понимают или же не видят связь между поведением кого-либо и его последствиями. Такие люди могут часто совершать ошибки или даже противоправные действия, попадать в конфликтные, а возможно, и в опасные ситуации потому, что не имеют представления о результатах своих действий или поступков других. Они плохо ориентируются в общепринятых нормах и правилах поведения [40].

Успешность выполнения данного субтеста имеют положительную взаимосвязь с такими психологическими особенностями как:

- Умению как можно более полно и точно описывать личность незнакомого человека только лишь по фотографии;
- Умение расшифровывать невербальные сообщения;
- дифференцированность Я-концепции, насыщенностью Я-образа пониманием интеллектуальных, волевых характеристик, а также описанием особенностей духовной организации личности [40].

Субтест № 2 - «Группы экспрессии»

Испытуемые, получившие высокую оценку по субтесту умеют правильно оценивать состояния, чувства, намерения людей по их невербальным проявлениям, мимике, позам, жестам. Такие люди с высокой вероятностью придают большое значение невербальному общению, обращают все свое внимание на невербальные реакции оппонентов. внимательность к невербальной экспрессии существенно усиливает способность понимать других.

Испытуемые, получившие низкую оценку по субтесту плохо владеют языком телодвижений, взглядов и жестов, который первоначально осваивается в онтогенезе и вызывает больше доверия, чем вербальный язык. В общении такие люди в большей степени ориентируются на вербальное содержание сообщений. И они могут ошибаться в понимании смысла слов собеседника потому, что не всегда учитывают сопутствующие невербальные реакции.

Успешность выполнения субтеста имеет положительную взаимосвязь:

- с точностью, полнотой, нестереотипностью и пластичностью при описании личности незнакомого человека по фотографии;
- с чувствительностью к эмоциональным состояниям других в ситуациях делового общения;
- с эмоциональной стабильностью;

- с насыщенностью Я-образа описанием волевых характеристик личности, активности, стеничности;
- с эмпатией, с невербальной чувствительностью [40].

Субтест № 3 - «Вербальная экспрессия».

При получении испытуемым высокой оценки по субтесту можно сделать вывод о том, что такие люди обладают высокой чувствительностью к характеру и оттенкам человеческих взаимоотношений, что способствует быстрому и правильному пониманию того, что люди говорят друг другу в контексте определенной ситуации, конкретных взаимоотношений. Такие люди могут подбирать соответствующий тон общения с разными собеседниками в разных ситуациях и имеют широкий репертуар ролевого поведения.

При получении испытуемыми низкой оценки по субтесту можно сделать вывод, что данные люди плохо распознают различные смыслы, которые могут подразумеваться под одними и теми же вербальными сообщениями в зависимости от характера взаимоотношений людей и контекста ситуации общения. Такие люди часто «говорят невпопад» и ошибаются в интерпретации слов собеседника.

Успешность выполнения субтеста также имеет положительную взаимосвязь с точностью описания личности незнакомого человека по фотографии, насыщенностью Я-образа описанием духовных ценностей и шкалой эмпатии [40].

Субтест № 4 - «Истории с дополнением»

Лица, получившие высокую оценку по субтесту умеют распознавать структуру межличностных ситуаций в динамике. Они способны анализировать сложные ситуации взаимодействия людей, понимают логику их развития, последовательность, чувствуют изменение смысла. Путем логических умозаключений они могут достраивать неизвестные, недостающие

звенья в цепи этих взаимодействий, предсказывать, как человек поведет себя в дальнейшем, отыскивать причины определенного поведения.

Лица, получившие низкую оценку по субтесту испытывают трудности в анализе ситуаций межличностного взаимодействия и, как следствие, не могут адаптироваться к разного рода взаимоотношениям между людьми.

Успешное выполнение субтеста предполагает наличие навыка адекватно отражать цели, намерения, потребности участников коммуникации, прогнозировать последствия их поведения. Кроме всего прочего, требуется умение ориентироваться в невербальных реакциях человека, а также нормах и правилах, регламентирующих поведение в обществе.

Субтест можно назвать наиболее комплексным и информативным по общему факторному весу в структуре социального интеллекта [40].

Интерпретация композитной оценки социального интеллекта

Общий уровень развития социального интеллекта определяется на основе композитной оценки (от 1 до 5 баллов).

Социальный интеллект представляет собой обширную систему интеллектуальных способностей, позволяющие определять адекватность понимания поведения людей. По мнению авторов методики, способности, умения и навыки, отражающиеся на уровне композитной оценки, «вероятно, перекрывают собой традиционные понятия социальной чувствительности, эмпатии, восприятия другого и то, что можно назвать социальной интуицией». Выполняя регулирующую функцию в межличностном общении, социальный интеллект обеспечивает социальную адаптацию личности, позволяет выстраивать гармоничные отношения с другими представителями социума.

Лица, обладающие высоким социальным интеллектом, могут извлечь максимум информации о поведении людей, понимать язык невербального общения, высказывать быстрые и точные, почти автоматические суждения о людях, успешно прогнозировать их реакции в заданных обстоятельствах, проявлять дальновидность в отношениях с другими, что способствует их эффективной социальной адаптации. Как правило, такие люди являются

успешными коммуникаторами, им также свойственны открытость, чувство такта, доброжелательность, высокая эмпатия. Лица, обладающие высоким социальным интеллектом, имеют обычно ярко выраженный интерес к самопознанию и саморефлексии [40].

2.2 Анализ и интерпретация результатов экспериментального исследования развития социального интеллекта у младших школьников

Перейдем к анализу исследования и результатам

1) Цель констатирующего этапа исследования: определение уровня развития социального интеллекта 4г класса.

2) Цель формирующего этапа исследования: апробация программы развития социального интеллекта.

Опытная работа проводилась на базе МБУ «Школа №86 имени Юрия Гагарина» города Тольятти. В исследовании принимали участие 23 человека, 4 класса в возрасте 9-10 лет. Из них 10 девочек и 13 мальчиков – констатирующая группа. В качестве экспериментальной группы была определена половина класса, с которой проводилась дальнейшая работа и был проведен контрольный эксперимент.

Респондентская выборка составила 23 человека в возрасте 9-10 лет.

В результате проведения тестирования уровня социального интеллекта по методике Дж. Гилфорда «Социальный интеллект» нами были получены первичные результаты нами было принято решение использовать стандартные баллы по тесту «Социальный интеллект» Дж. Гилфорда для более дифференцированного анализа. Фактические данные представлены в Приложении В.

Анализ результатов отдельных субтестов.

Анализируя результаты субтеста №1, мы получили следующие данные.

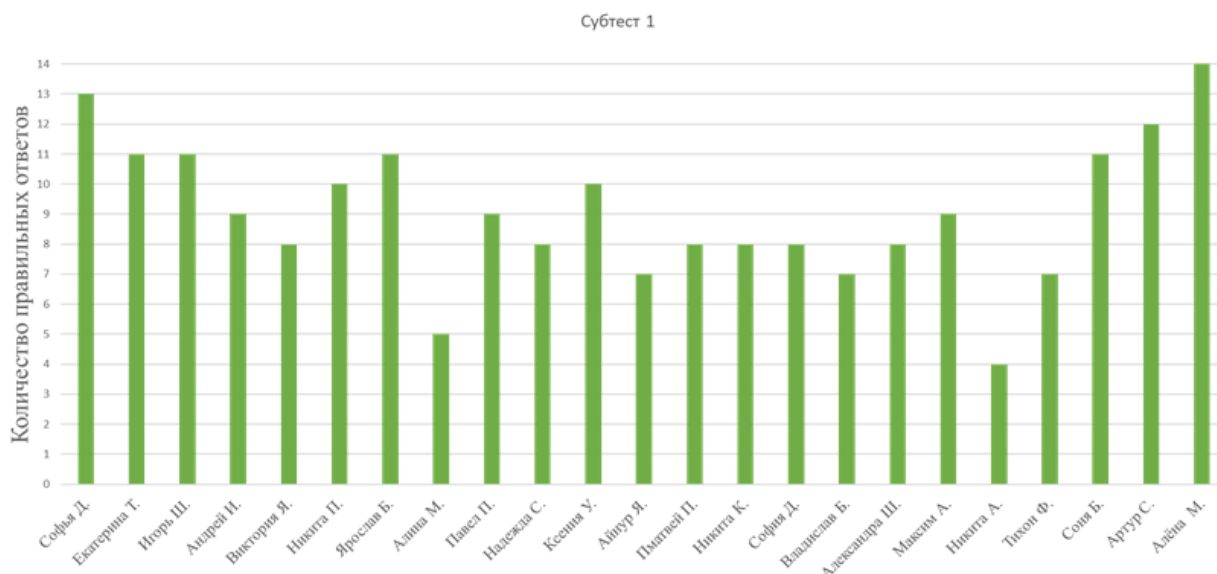


Рисунок 3 – Результаты прохождения субтеста 1 в 4 «Г» классе

0% - 0 человек имеют низкие способности к познанию поведения.

9% - 2 человека (Софья Д. и Алёна М.) имеют способности к познанию поведения ниже среднего. Это значит, что чаще всего даже в типичных, ситуациях такие дети не могут предугадать чем закончится то или иное событие. Такие дети часто не понимают связи между поведением и его последствиями, могут попадать в опасные ситуации, потому что могут неверно представлять последствия своих действий.

52% - 12 (Андрей И., Виктория Я., Павел П., Надежда С., Айнур Я., Матвей П., Никита К., Софья Д., Владислав Б., Александра Ш., Максим А., Тихон Ф.) человек имеют средние способности к познанию поведения. Дети с таким уровнем познания поведения могут предвидеть последствия своего поведения, нередко им удается избегать конфликтные ситуации.

30% - 7 человек (Екатерина Т., Игорь Ш., Никита П., Ярослав Б., Ксения У., Соня Б, Артур.) имеют способности к познанию поведения выше среднего. Такие дети часто выстраивают стратегию своего поведения таким образом, чтобы достичь определенной цели. Также они неплохо ориентируются в невербальных реакциях своего собеседника. Понимают связь между поведением и его последствиями, но бывает, ошибаются.

9% - 2 (Алина М. и Никита А.) человека имеют высокие способности к познанию поведения. Такие детки могут предвидеть последствия своего

поведения. Они могут предвосхищать дальнейшие поступки оппоненте на основе анализа реальной ситуации общения, хорошо понимают чувства, эмоции намерения своего собеседника.

При выполнении этого теста, дети редко задавали вопросы, сами предположили, что именно им необходимо сделать. Но были затруднения с интерпретацией картинок. Часто дети не понимали, что именно автор изобразил на рисунке.

Анализируя результаты субтеста №2, мы получили следующие данные.

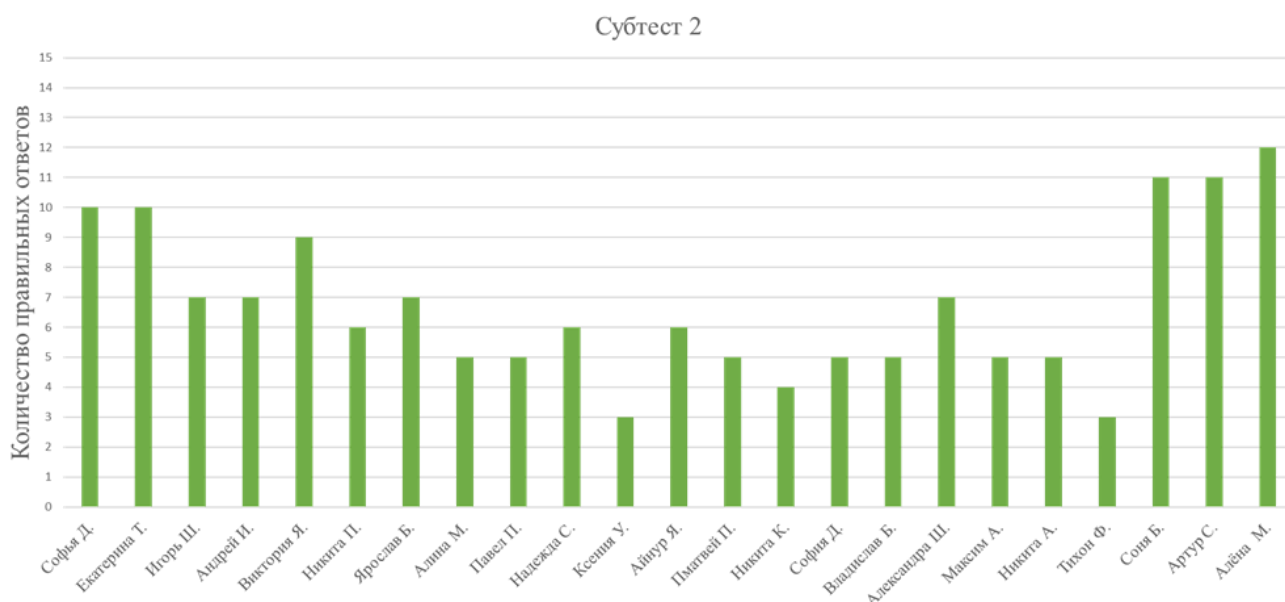


Рисунок 4 – Результаты прохождения субтеста 2 в 4 «Г» классе

0% - 0 человек имеют способности к оценке состояния людей.

43% - 10 человек (Алина М., Павел П., Ксения У., Матвей П., Никита К., София Д., Владислав., Максим А, Никита А., Тихон Ф.) имеют способности к оценке состояния людей ниже среднего. Такие дети чаще всего не понимают язык жестов, не распознают значения тех или иных телодвижений и взглядов. Такие дети в большинстве случаев ошибаются в понимании слов собеседника, так как не учитывают или неверно распознают, сопровождающие их невербальные реакции.

35% - 8 человек (Андрей И., Игорь Ш., Виктория Я, Никита П., Ярослав Б., Надежда С., Айнур Я., Александра Ш.,) имеют средние способности к оценке состояния людей. Такие дети нередко понимают язык мимики и

жестов, они могут понимать некоторые движения, но не использовать это знание в процессе общения, не обращать внимание на мимику и жесты.

22% - 5 (Софья Д., Екатерина Т., Соня Б., Артур С, Алёна М.) человек имеют способности к оценке состояния людей выше среднего. Такие дети часто обращают свое внимание на язык жестов и мимики при общении. Могут верно распознавать многие невербальные реакции, хорошо делают это в типичных ситуациях.

0% - 0 человек имеют высокие способности к оценке состояния людей.

При выполнении этого теста дети часто задавали вопросы о том. Что может означать тот или иной жест, изображенный на рисунке. Было сложно объединить жесты в одну группу, описать их одним словом.

Анализируя результаты субтеста №3, мы получили следующие данные.

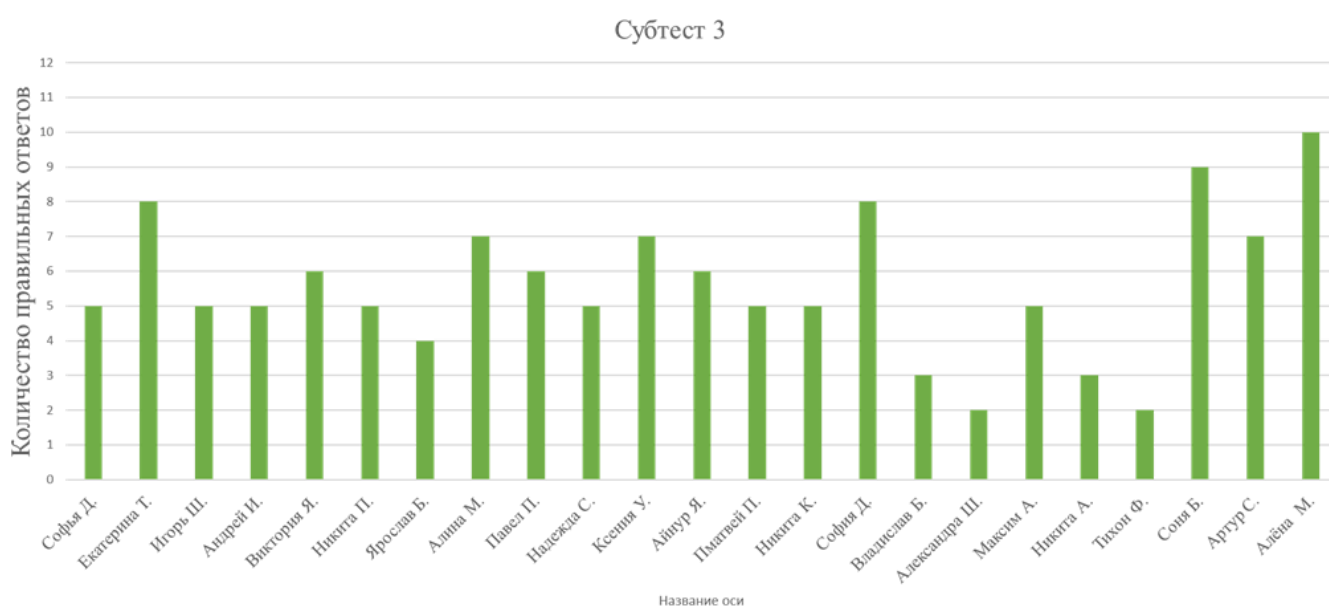


Рисунок 5 – Результаты прохождения субтеста 3 в 4 «Г» классе

9% - 2 (Александра Ш., Тихон Ф.) человека имеют низкие способности понимать изменение оттенков вербальных реакций в зависимости от ситуации общения. Такие дети плохо распознают различные смыслы, которые могут принимать одна и та же фраза в различном контексте.

48% - 11 человек (Софья Д., Игорь Ш., Виктория Я., Андрей И., Никита П., Павел П., Надежда С., Матвей П., Никита К., Владислав Б., Максим А., Никита А.) имеют способности понимать изменение оттенков вербальных

реакций в зависимости от ситуации общения ниже среднего. Часто не понимают собеседника, если фраза имеет несколько смыслов. Нередко они оказываются в ситуации, когда не могут найти необходимый тон голоса при разговоре с собеседником, «говорят невпопад».

39% - 9 человек (Екатерина Т., Виктория Я., Алина М., Павел П., Ксения У., Айнур Я, София Д., Соня Б., Артур С.) имеют средние способности понимать изменение оттенков вербальных реакций в зависимости от ситуации общения ниже среднего. Такие дети имеют некоторые трудности в понимании некоторых фраз, которые имеют несколько смыслов, но могут подбирать соответствующий тон общения.

4% - 1 человек (Алёна М.) имеет способности понимать изменение оттенков вербальных реакций в зависимости от ситуации общения выше среднего. Такие дети обладают чувствительностью к характеру и оттенкам человеческого общения, это помогает им часто правильно понимать речевую экспрессию.

0% - 0 человек имеет высокие способности изменение оттенков вербальных реакций в зависимости от ситуации общения выше среднего.

При выполнении данного теста дети долго вникали в смысл каждой фразы. Затруднительно было найти правильный ответ. Очень часто было слышно, что все варианты подходят и непонятно какой из них правильный.

Анализируя результаты субтеста №4, мы получили следующие данные.

Субтест 4

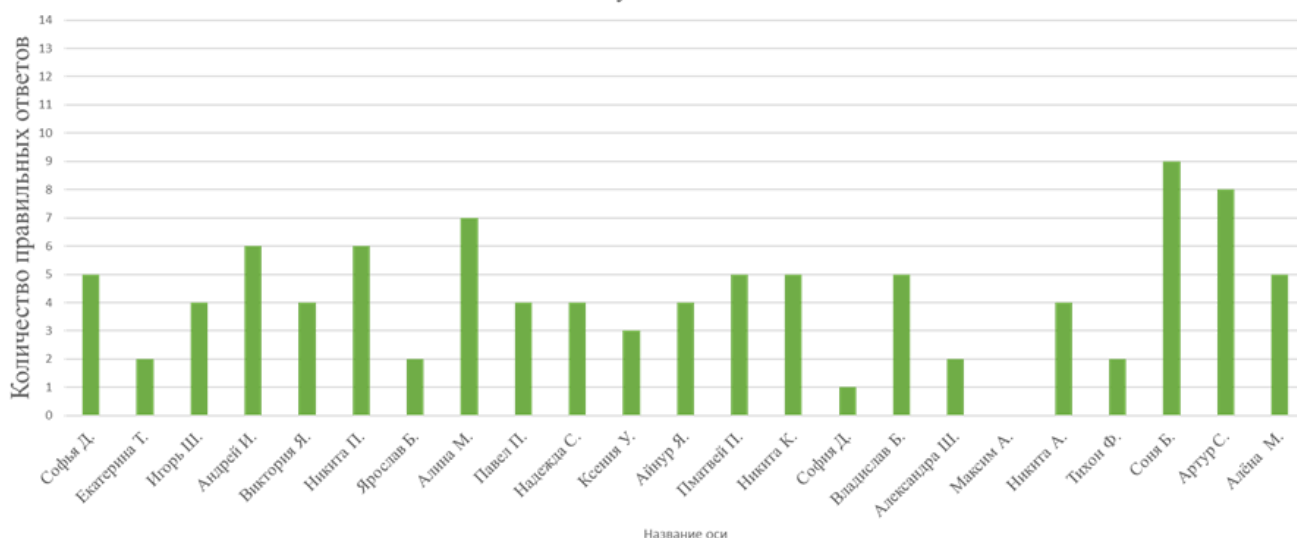


Рисунок 6 – Результаты прохождения субтеста 4 в 4 «Г»

9% - 2 человека (Максим А., София Д.) имеют низкие способности к познанию систем поведения, развитию ситуаций в динамике. Дети с таким показателем имеют трудности в анализе ситуаций межличностного общения, часто не могут дифференцировать виды взаимоотношений между людьми.

48% - 11 человек (Екатерина., Игорь Ш., Виктория Я., Ярослав Б., Павел П., Надежда С., Ксения У., Айнур Я., Александра Ш., Никита а., Тихон Ф.) имеют способности к способности к познанию систем поведения, развитию ситуаций в динамике ниже среднего. Такие дети плохо распознают структуру межличностных отношений в динамике. Они не так хорошо анализируют сложные ситуации.

39% - 9 человек (Софья Д., Андрей И., Никита П., Алина М., Матвей П., Никита К., Владислав Б., Артур С., Алёна М.) имеют средние способности к познанию систем поведения, развитию ситуаций в динамике. Такие дети хорошо анализируют сложные ситуации во взаимоотношениях, неплохо понимают логику их развития.

4% - 1 человек (Соня Б.) имеет способности к познанию систем поведения, развитию ситуаций в динамике выше среднего. Это значит, что такие дети могут предсказывать поведение человека на основе анализа ситуации, отыскивать причины того или иного поведения людей.

0% - 0 человек имеют высокие способности к познанию систем поведения, развитию ситуаций в динамике.

Данный тест дался детям с большой трудностью. Дети сразу поняли, что от них требуется, но после просмотра образца сразу меняли свое мнение. Очень трудно было понять какая именно ситуация взаимодействия изображена на картинке. Трудно было определить ход развития событий, объяснить логику.

Далее было принято решение разделить класс на 2 группы контрольная (12 чел.) и экспериментальная (11 чел.). Анализ уровня общего социального интеллекта будет проводиться отдельно для каждой группы, а также формирующий и контрольный этапы исследования будут проводиться с контрольной группы.

Исследование уровня социального интеллекта младших школьников, которое проводилось в контрольной группе показало:

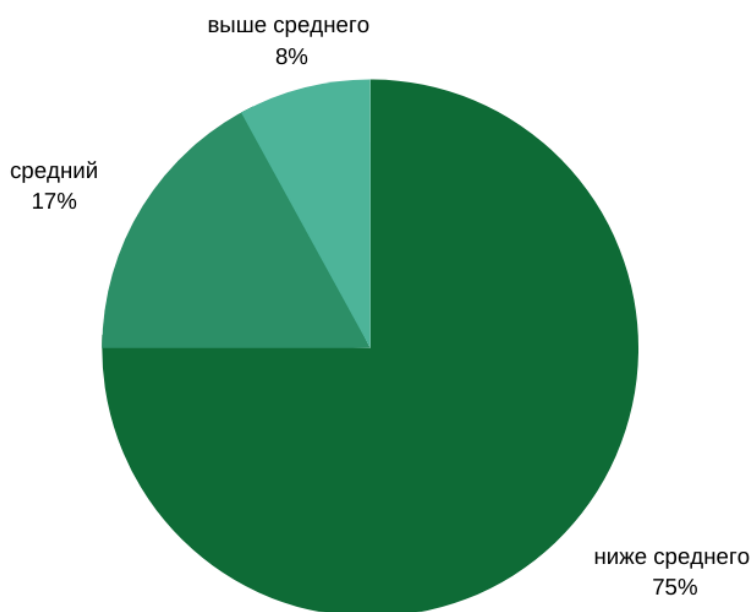


Рисунок 7 – Результаты измерения общего уровня социального интеллекта на констатирующем этапе эксперимента в контрольной группе, %.

0% - 0 человек имеет низкий уровень социального интеллекта.

75% - 9 человек имеют уровень социального интеллекта ниже среднего. Это значит, что большинство детей этого класса имеют трудности с пониманием и прогнозированием поведения людей. Они часто путаются в высказываниях людей, могут неправильно интерпретировать смысл слов оппонента. Все это несомненно усложняет адаптацию этих детей в обществе и коллективе класса. Наблюдая за такими детьми, часто можно увидеть, как они попадают в конфликтные ситуации из-за того, что неправильно поняли собеседника, что в последствии спровоцировало агрессию с их стороны.

17% - 2 человека имеют средний уровень социального интеллекта. Таким детям часто приходится сталкиваться с ситуациями недопонимания, однако они могут найти выход и развернуть ситуацию в свою сторону. Средний уровень социального интеллекта позволяет им понимать язык невербального общения, проявлять некую дальновидность в общении.

8% - 1 человек имеют уровень социального интеллекта выше среднего. Данный уровень социального интеллекта говорит о том, что такие дети способны многое извлечь из общения с человеком, основываясь на анализе его поведения. Таким детям присуща тактичность, открытость, доброжелательность, чувство эмпатии.

0% - 0 человек имеют высокий уровень социального интеллекта.

При рассмотрении результатов исследования можно сделать следующие выводы.

У большинства обследуемых наблюдается среднеслабый уровень социального интеллекта.

В обследуемой группе детей ярко выражена способность предвидеть последствия поведения людей, четкого выстраивания стратегии поведения, знание нормо-ролевых моделей и правил, которые регулируют отношения людей, которые измеряются субтестом №1.

Менее всего в этой группе развита способность понимать логику развития ситуаций взаимодействия людей, умение чувствовать изменение

смысла ситуации при вторжении в нее различных участников. При проверке субтеста № 4 также был выявлен низкий уровень умений ориентироваться в невербальных реакциях человека. Этот показатель у подавляющего большинства обследуемых ниже среднего.

Перейдем к анализу результатов констатирующего этапа исследования в экспериментальной группе. Исследование уровня социального интеллекта младших школьников, которое проводилось на базе «Школы №86» в 4 классе, в экспериментальной группе показало:

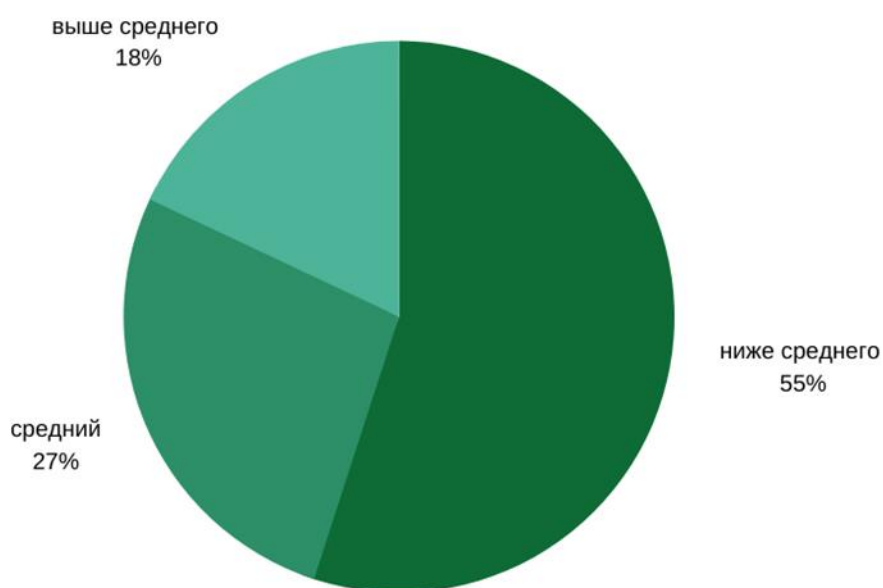


Рисунок 8 - Результаты измерения общего уровня социального интеллекта на констатирующем этапе эксперимента в экспериментальной группе, %

0% - 0 человек имеет низкий уровень социального интеллекта.

55% - 6 человек имеют уровень социального интеллекта ниже среднего. Это значит, что большинство детей этого класса имеют трудности с пониманием и прогнозированием поведения людей. Они часто путаются в высказываниях людей, могут неправильно интерпретировать смысл слов оппонента. Все это несомненно усложняет адаптацию этих детей в обществе и

коллективе класса. Наблюдая за такими детьми, часто можно увидеть, как они попадают в конфликтные ситуации из-за того, что неправильно поняли собеседника, что в последствии спровоцировало агрессию с их стороны.

27% - 3 человека имеют средний уровень социального интеллекта. Таким детям часто приходится сталкиваться с ситуациями недопонимания, однако они могут найти выход и развернуть ситуацию в свою сторону. Средний уровень социального интеллекта позволяет им понимать язык невербального общения, проявлять некую дальновидность в общении.

18% - 2 человека имеют уровень социального интеллекта выше среднего. Данный уровень социального интеллекта говорит о том, что такие дети способны многое извлечь из общения с человеком, основываясь на анализе его поведения. Таким детям присуща тактичность, открытость, доброжелательность, чувство эмпатии.

0% - 0 человек имеют высокий уровень социального интеллекта.

При рассмотрении результатов исследования можно сделать следующие выводы.

У большинства обследуемых наблюдается среднеслабый уровень социального интеллекта.

В обследуемой группе детей ярко выражена способность предвидеть последствия поведения людей, четкого выстраивания стратегии поведения, знание нормо-ролевых моделей и правил, которые регулируют отношения людей, которые измеряются субтестом №1.

Менее всего в этой группе развита способность понимать логику развития ситуаций взаимодействия людей, умение чувствовать изменение смысла ситуации при вторжении в нее различных участников. При проверке субтеста № 4 также был выявлен низкий уровень умений ориентироваться в невербальных реакциях человека. Этот показатель у подавляющего большинства обследуемых ниже среднего.

После анализа результатов констатирующего этапа исследования было принято решение о разработке программы развития социального интеллекта у

младших школьников. На формирующем этапе исследования нами была реализована данная программа.

2.3 Программа тренинговых занятий по развитию социального интеллекта у младших школьников и результаты ее апробации.

Фундаментом социального интеллекта являются социальные знания, как представления об эмоциональных состояниях других людей и своих собственных. Имея представления об этом, ребенок сможет оценивать их проявление во взаимодействии с другими людьми, то есть в социальной ситуации, и в дальнейшем определить варианты развития ситуаций, связанных с использованием тех или иных эмоциональных проявлений, что называется социальным прогнозированием. [46]

Нами было выдвинуто предположение о том, что средством развития и формирования стабильного социального интеллекта у детей младшего школьного возраста могут быть тренинговые занятия, направленные на стабилизацию эмоционального состояния ребенка, познания своих эмоций и распознавания вербальных и невербальных элементов общения.

Цель программы: формирование социального интеллекта младших школьников, развитие эмоциональной сферы.

Задачи программы:

- формирование способности правильно оценивать поведение, поступки других и отношение к себе других людей;
- формирование способности понимать эмоциональное состояние, переживания, личностные особенности другого человека;
- освоение позитивных форм поведения и отношения к себе и окружающим;
- развитие навыков совместной деятельности;

– формирование умения согласовывать собственное поведение с поведением других детей.

Программа занятий включают в себя такие методы и методические приемы как:

- 1) игровой метод;
- 2) дискуссия;
- 3) упражнения;
- 4) сюжетно- ролевое моделирование;
- 5) разбор конкретных случаев;
- 6) психогимнастические этюды.

Программа «Я и мои эмоции» ориентирована на обучающихся 4-х классов, в объеме 12 часов. Срок программы составляет 1,5 месяца, занятия проводятся с детьми еженедельно 2 раза в неделю.

Таблица 1. Тематическое планирование программы «Я и мои эмоции»

№	Название занятия	Занятие нацелено на:	Количество часов
1.	Какой же я?	– повышение самовосприятия, самопонимания; – развитие у детей интереса к себе.	1 час.
2.	Я и окружающие.	– развитие коммуникативных навыков улучшение общения со сверстниками; – понимание состояния другого человека.	1 час.
3.	Что такое дружба?	– развитие представлений детей о дружбе; – развитие умений сотрудничать; – формирование добродетельных отношений в коллективе.	1 час.

4.	Что я чувствую? Мое настроение.	<ul style="list-style-type: none"> – развитие представлений об эмоциях, настроении; – развитие способностей к пониманию настроения другого человека; – развитие способностей к пониманию своего настроения, причин, управление своим настроением. 	1 час.
5.	Что такое эмоции?	<ul style="list-style-type: none"> – формирование начальных рефлексивных умений; – знакомство с многообразием эмоций; – развитие умений адекватно выражать свои эмоции. 	1 час.
6.	Я и все мои эмоции.	<ul style="list-style-type: none"> – развитие представлений об эмоциях, настроении; – развитие способностей к пониманию эмоционального состояния другого человека; – развитие способностей к выражению собственных эмоций. 	1 час.
7.	Радость!	<ul style="list-style-type: none"> – развитие представлений об эмоциональном состоянии радость; – формирование способности узнавать эмоцию по внешним проявлениям. 	1 час.
8.	Грусть.	<ul style="list-style-type: none"> – развитие представлений об эмоциональном состоянии грусть; – формирование способности по внешним 	1 час.

		проявлениям узнавать эмоцию.	
9.	Гнев! Почему я злюсь?	<ul style="list-style-type: none"> – развитие представлений об эмоциональном состоянии гнев, злость; – развитие рефлексии своего агрессивного поведения у детей. – формирование доверия к окружающим 	1 час.
10.	В гармонии с собой!	<ul style="list-style-type: none"> – гармонизирование эмоционального фона, развитие воображения; – способствование снятия психомышечного напряжения. 	1 час.
11.	Страх! Почему же я боюсь?	<ul style="list-style-type: none"> – развитие представлений об эмоциональном состоянии страх; – предоставлении возможности для актуализации своего страха. 	1 час.
12.	Эмоции и я. Учусь управлять своими эмоциями.	<ul style="list-style-type: none"> – способствование обогащению эмоциональной сферы; – формирование навыков самоконтроля. 	1 час.

Подробное содержание занятий представлено в Приложении

После проведения всех занятий был проведен контрольный этап исследования, дети снова выполняли задания из методики Тест «Социальный интеллект» Дж. Гилфорда, мы получили следующие данные в экспериментальной группе:



Рисунок 9 - Результаты измерения общего уровня социального интеллекта на контрольном этапе эксперимента в экспериментальной группе, %.

0% - 0 человек имеет низкий уровень социального интеллекта.

9% - 1 человек имеют уровень социального интеллекта ниже среднего. Это значит, что большинство детей этого класса имеют трудности с пониманием и прогнозированием поведения людей. Они часто путаются в высказываниях людей, могут неправильно интерпретировать смысл слов оппонента. Все это несомненно усложняет адаптацию этих детей в обществе и коллективе класса. Наблюдая за такими детьми, часто можно увидеть, как они попадают в конфликтные ситуации из-за того, что неправильно поняли собеседника, что в последствии спровоцировало агрессию с их стороны [27].

64% - 8 человек имеют средний уровень социального интеллекта. Таким детям часто приходится сталкиваться с ситуациями недопонимания, однако они могут найти выход и развернуть ситуацию в свою сторону. Средний уровень социального интеллекта позволяет им понимать язык невербального общения, проявлять некую дальновидность в общении.

27% - 3 человека имеют уровень социального интеллекта выше среднего. Данный уровень социального интеллекта говорит о том, что такие дети способны многое извлечь из общения с человеком, основываясь на анализе его поведения. Таким детям присуща тактичность, открытость, доброжелательность, чувство эмпатии.

0% - 0 человек имеют высокий уровень социального интеллекта.

После проведения формирующего этапа исследования, который заключался в реализации созданной нами программы, был проведен контрольный срез. Дети вновь прошли тест «Социальный интеллект». Анализ результатов показал следующие данные в контрольном классе:

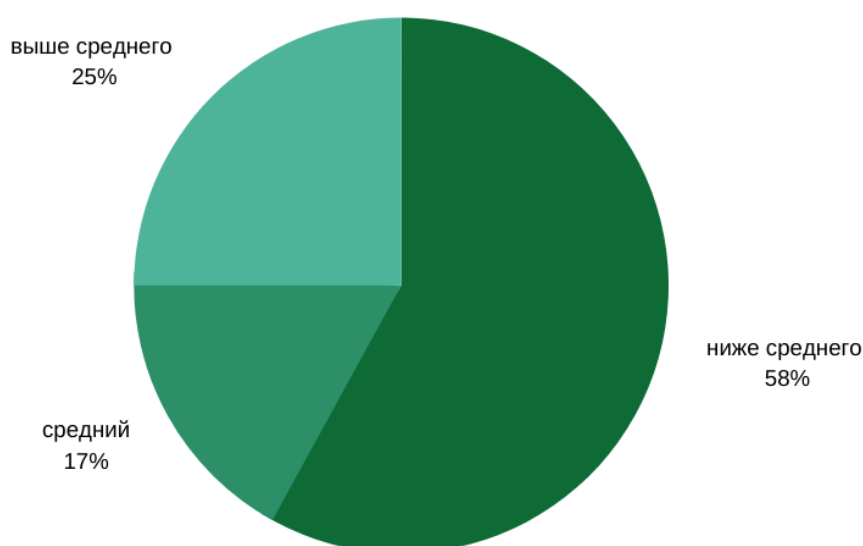


Рисунок 10 - Результаты измерения общего уровня социального интеллекта на контрольном этапе эксперимента в контрольной группе, %.

58% - 7 человек имеют уровень социального интеллекта ниже среднего. Это значит, что дети часто путаются в высказываниях людей, могут неправильно интерпретировать смысл слов оппонента.

17% - 2 человека имеют средний уровень социального интеллекта. Таким детям часто приходится сталкиваться с ситуациями недопонимания, однако они могут найти выход и развернуть ситуацию в свою сторону. Средний уровень социального интеллекта позволяет им понимать язык невербального общения, проявлять некую дальновидность в общении [27].

25% - 3 человека имеют уровень социального интеллекта выше среднего. Данный уровень социального интеллекта говорит о том, что такие дети способны многое извлечь из общения с человеком, основываясь на анализе его поведения. Таким детям присуща тактичность, открытость, доброжелательность, чувство эмпатии.

0% - 0 человек имеют высокий уровень социального интеллекта.

Главная задача данного этапа – выявления результативности, составленной и реализованной нами программы по развитию социального интеллекта у младших школьников. Для решения данной задачи была проведена первичная диагностика выявления уровня социального интеллекта экспериментальной группы 4 «Г» класса, и повторная диагностика после реализованной программы. Первичная и вторичная диагностики по измерению общего уровня социального интеллекта представлена в диаграмме.

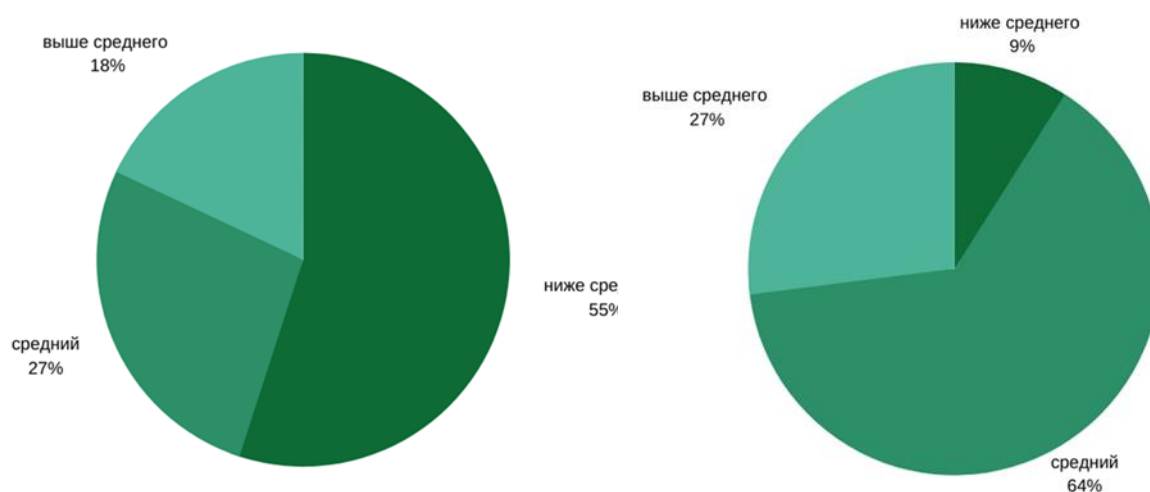


Рисунок 11- результаты оценивания общего уровня социального интеллекта на констатирующем и контрольном этапах в экспериментальной группе, %.

На данном этапе мы можем сравнить констатирующий и контрольный этапы экспериментальной группы. Показатель уровня социального интеллекта «Ниже среднего» снизился, заметно изменился показатель среднего уровня социального интеллекта. Качественный анализ результатов показывает, что на 46% (5 человек) снизился показатель уровня социального интеллекта ниже среднего. Показатель среднего уровня социального интеллекта вырос на 37% (5 человек). Показатель уровня социального интеллекта выше среднего также вырос на 9% (1 человек). Не обнаружилось показателей высокого и низкого уровней социального интеллекта.

Таким образом, после проведения системы тренинговых занятий общий уровень социального интеллекта экспериментальной группы повысился.

Первичная и вторичная диагностики по измерению уровня социального интеллекта контрольной группы 4 «Г» класса представлены на следующей диаграмме.

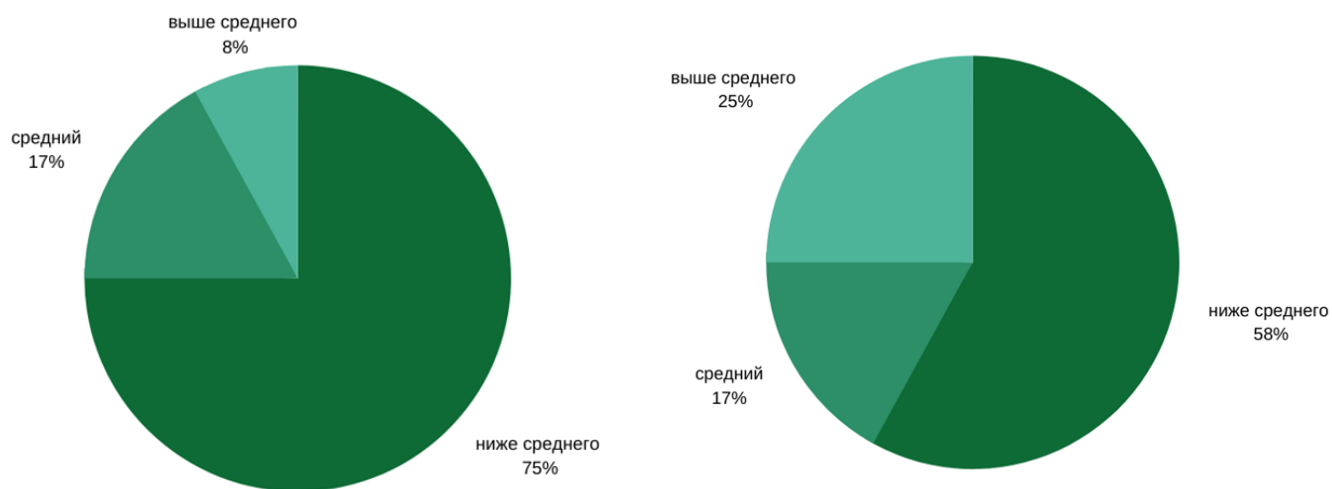


Рисунок 12 - Результаты оценивания общего уровня социального интеллекта на констатирующем и контрольном этапах в контрольной группе, %.

На данном этапе мы можем сравнить констатирующий и контрольный этапы экспериментальной группы. Показатель уровня социального интеллекта «Ниже среднего» снизился, заметно изменился показатель среднего уровня социального интеллекта. Качественный анализ результатов показывает, что на 17% (2 человека) снизился показатель уровня социального интеллекта ниже среднего. Показатель среднего уровня социального интеллекта вырос на 9% (1 человек). Показатель уровня социального интеллекта выше среднего также вырос на 8% (1 человек). Не обнаружилось показателей высокого и низкого уровней социального интеллекта.

В данной группе занятия на развитие социального интеллекта не приводились, но по результатам контрольного этапа исследования можно сделать вывод о том, что уровень социального интеллекта также немного вырос, это можно обусловить биологическим взрослением детей, работой педагога.

Анализ полученных в результате контрольного этапа исследования, позволяют нам сделать следующие выводы.

После проведения тренинговых занятий по развитию социального интеллекта, дети стали лучше справляться с заданиями 2 субтеста, где необходимо было уметь различать и группировать невербальные составляющие общения. Также учащиеся стали лучше справляться с заданиями 3 субтеста, направленного на развитие вербального компонента общения.

Выводы по 2 главе.

Анализ результатов проведения экспериментальной работы по исследованию и развитию социального интеллекта у младших школьников позволил нам сделать следующие выводы. В ходе констатирующего этапа исследования выявлено:

В обеих группах (Констатирующей и контрольной) у большей части респондентов выявлен уровень интеллекта ниже среднего. После получения таких результатов в актуальности развития социального интеллекта не остается сомнений.

На формирующем этапе исследования нами была разработана программа тренинговых занятий направленная на развитие социального интеллекта младших школьников. Срок реализации программы 1,5 месяца. В программе мы использовали различные задания, упражнения и дыхательные практики.

В ходе беседы с классным руководителем, была выявлена экспериментальная группа детей, с которыми в последствии была проведена работа по развитию социального интеллекта посредством развития эмоциональной сферы младших школьников.

Таким образом, несмотря на небольшое количество занятий, наша программа показала свою целесообразность для развития социального интеллекта у младших школьников.

ЗАКЛЮЧЕНИЕ

Приумножающееся внимание психолого-педагогической науки к проблеме социального интеллекта обусловлено активным общением и обменом информацией между людьми во всем мире. Несмотря на то, что понятие «социальный интеллект» было введено в науку Э. Торднайком еще в 1920г, нельзя не заметить актуальность данной проблемы в современном мире [8].

Социальный интеллект позволяет человеку точно оценить ситуацию и участвующих в ней людей и выстроить на этой основе адекватную стратегию поведения. Основными факторами успеха человека с тех ситуациях, где требуется взаимодействие с людьми, являются способности и умения правильно понимать поведение, настроение, эмоции и жесты оппонента и использовать эти данные для выстраивания плодотворного и продуктивного взаимоотношения.

Поэтому высокий уровень социального интеллекта является профессионально важным качеством для работы с обществом людей. Также социальный интеллект обеспечивает социальную адаптацию человека. Высокий социальный интеллект полезен абсолютно для каждого человека как навык принятия позиции другого человека, владеть ситуацией, направлять взаимодействие в необходимое вам русло [47].

Важно развивать уровень социального интеллекта в любом возрасте. Очень благоприятным временем и сферой для развития социального интеллекта является начальная школа. В жизни каждого человека так или иначе наступал период смены социальной ситуации, и как раз начальная школа играет большую роль как в социализации ребенка, так и в развитии социального интеллекта. В этот период времени ребенок начинает осознанно контактировать с большой группой сверстников, выстраивать первые самостоятельные взаимоотношения, все это является хорошим подспорьем для развития социального интеллекта. [43]

Во второй главе описано проведенное нами исследование по измерению и развитию уровня социального интеллекта у младших школьников. С целью определения уровня социального интеллекта у младших школьников нами были установлены две экспериментальные группы: констатирующая и контрольная, где было задействовано 23 человека в возрасте от 9 до 10 лет.

На формирующем этапе исследования нами была разработана программа тренинговых занятий на развитие социального интеллекта. Развитие социального интеллекта необходимо младшему школьнику для эффективного межличностного взаимодействия с окружающими и успешной социальной адаптации. Дети младшего школьного возраста еще мало осознают свои переживания, не всегда способны понять их причины. На трудности младший школьник чаще всего отвечает гневом, страхами, обидой. Программа «Я и мои эмоции» была создана с целью развития эмоциональной сферы младших школьников, социального интеллекта детей, коммуникативных навыков. [43]

В процессе работы были решены поставленные задачи: были изучены теоретические основы и возможности развития социального интеллекта младших школьников в трудах отечественных и зарубежных педагогов и психологов, были проанализированы особенности развития социального интеллекта младших школьников и педагогические условия для его развития. На основании теоретического осмысления проблемы и ее эмпирического изучения нами была спроектирована программа развития социального интеллекта у младших школьников.

Обучающиеся, освоив спроектированную нами программу получили возможность повысить уровень своего социального интеллекта, распознавать свои эмоции и эмоции других людей, овладеть способами взаимодействия с самим собой и окружающим миром, развить свои коммуникативные навыки.

Необходимо отметить, что все вышеизложенные факты демонстрирует необходимость в психолого-педагогической работе с младшими

школьниками, моделирование и развитие социального интеллекта подрастающего поколения.

БИБЛИОГРАФИЧЕСКИЙ СПИСОК

1. Федеральный государственный стандарт начального общего образования [Электронный ресурс]// Министерство образования и науки Российской Федерации. – М.: Просвещение, 2011. – 33 с. – URL: <https://минобрнауки.рф/>
2. Закон Об образовании в Российской Федерации [Электронный ресурс]: федер. закон Рос. Федерации от 29 дек. 2012 г. № 273-ФЗ: [принят Гос. Думой 21 дек. 2012 г.; одобрен Советом Федераций 26 дек. 2012 г.].–URL: http://www.consultant.ru/document/- cons_doc_LAW_140174 / (дата обращения: 5.03.2021).
3. Айзенк, Ю. Интеллект: новый взгляд // Вопросы психологии. 1995. № 1. С. 111-131.
4. Андреева Г.М. Психология социального познания. М.: Аспект-Пресс, 2000.-288 с.
5. Аршанская (Шешукова) О.В. Психологические условия становления социального интеллекта: история и современность. Монография. М-во образования и науки РФ, СахГУ. Тамбов: Консалтинговая компания Юком, 2018. 85 с.
6. Бендас Т.В. Личностные характеристики //Гендерная психология: Учебное пособие. СПб.: Питер. – 2006. – С. 200-2012.
7. Бодалев А.А. Личность и общение В кн.: Вопросы психологии общения и познания людьми друг друга - Краснодар, 1979 - 172 с.
8. Брудный, А.А., Шрейдер Ю.А. Коммуникация и интеллект // Генетические и социальные проблемы интеллектуальной деятельности. — Алма-Ата, 1975. — С. 245.

9. Бурлачук Л.Ф., Морозов С.М. Словарь-справочник по психодиагностике. 2-е изд., перераб. и доп //СПб.: Питер. – 1999.
10. Выготский Л.С. Психология развития человека/Сост., вст. ст. А.А. Леонтьев //М.: Эксмо: Смысл. – 2003.
11. Выготский, Л. С. О двух направлениях в понимании природы эмоций в зарубежной психологии в начале XX века / Л. С. Выготский // Вопросы психологии. – 1969. – № 2. – С. 157–159.
12. Гилфорд, Дж. Три стороны интеллекта // Психология мышления /Пер. с англ. / Под ред. А.М. Матюшкина. М.: Прогресс, 1966. С. 433-456.
13. Демина Л.Д., Лужбина Н.А. Факторы становления и развития социального интеллекта личности// Известия Алтайского государственного университета. Барнаул: 2005. № 2. С. 104–107.
14. Добрин, А. В. Особенности управления эмоциями младших школьников как компонент эмоционального интеллекта [Электронный ресурс] / А. В. Добрин // Развитие современной науки: теоретические и прикладные аспекты4: сб. науч. тр. / Под ред. Т. М. Сигитова. – Пермь, 2017. – С. 135–136. – Режим доступа: <https://elibrary.ru/item.asp?id=32457032>
15. Елкина Е.А. Формирование социального мышления личности как задача современного образования / Е.А.Елкина //Вестник Полоцкого гос. ун-та. Сер. 1. Педагогические науки - 2005 - №11 - с. 14-23.
16. Емельянов Ю.Н. Активное социально-психологическое обучение, Л.: ЛГУ, 1985 //Жуков Ю.М.
17. Загвязинский В.И. и др. Методология и методы психолого-педагогического исследования //М.: Академия. – 2001. – Т. 208.

18. Карпович Т.Н. Социальный интеллект и пути его развития у учащихся юношеского возраста / Т.Н.Карпович // Психология - 2002 - №3 - 85 с.
19. Когнитивная психология / Под ред. В. Н. Дружинина, Д. В. Ушакова. М.: ПЕР СЭ, 2002. 480 с.
20. Коломинский, Я.Л. Психология взаимоотношений в малых группах (общие и возрастные особенности)/ Я.Л. Коломинский. Мн., 2000. 432 с
21. Корчагина Н.В. Проблема соотношения академического и социального интеллекта в отечественной и зарубежной психологии [Текст] / Н.В.Корчагина //Прикладная психология и психоанализ - 2006 - №4 - с. 3-6.
22. Кулагин Б.В. Основы профессиональной психодиагностики. - М.: Медицина, 1984. С. 165-170
23. Кулагина И.Ю. Психология детей младшего школьного возраста. Учебник и практикум для академического бакалавриата. М.: Юрайт, 2019. 291 с.
24. Куницына В.Н. Социальная компетентность и социальный интеллект: структура, функции, взаимоотношение / В.Н. Куницына // Теоретические и прикладные вопросы психологии. – СПб.: СПбГУ, 1995(2). – 160 с.
25. Лауве Дж. Пути интеграции. Учебный план в помощь социально-эмоциональному развитию детей с особыми нуждами //Дефектология, 1994, №6.-С. 76-81.
26. Ломов Б.Ф. Общение и социальная регуляция поведения индивида // Психологические проблемы социальной регуляции поведения. — М.: наука, 1976.-С. 64-93.

27. Михайлова Е.С. Тест Дж. Гилфорда и М. Салливена. Диагностика социального интеллекта. Методическое руководство //СПб.: Иматон. – 2006.
28. Осипова Д.С. Влияние стилей семейного воспитания на развитие социального интеллекта младшего школьника. В сборнике: психология XXI века сборник материал V Международной научно-практической конференции молодых ученых. М.: 2009. С. 236-238.
29. Пащенко Е.И. Соотношение социального интеллекта, когнитивных и психосоциальных характеристик в период ранней взрослости: Дисс. канд. психол. н. СПб.: СпбГУ, 2003. - 171 с.
30. Петровский, А.В. проблема развития личности с позиции социальной психологии/ А.В. Петровский// вопросы психологии. 1984. № 4
31. Разумникова О.М., Пусикова М.В. Современные представления о социальном интеллекте и социальной креативности: значение тормозных функций в социальной адаптации // Теоретическая и экспериментальная психология. 2018. Т. 11. № 1. С. 67–84.
32. Реан А.А. Психология личности. Социализация, поведение, общение //М.: АСТ. – 2004. – Т. 8.
33. Савенков А.И. Структура социального интеллекта // Современная зарубежная психология. 2018. Т. 7. № 2. С. 7–15. DOI:10.17759/jmfp.2018070201
34. Савенков А.И. Эмоциональный и социальный интеллект как предикторы жизненного успеха // Вестник практической психологии образования. 2006. Т. 3. № 1. С. 30–38.
35. Семенов В.Ю. Возрастно-половые особенности социоэмоционального интеллекта младших школьников и подростков: Автореф. дисс. ... канд. психол. наук. СПб., 2016. 22 с.

36. Семенов В.Ю., Наследов А.Д. Модификация шкалы социального интеллекта Tromsø для российских школьников // Вестник Санкт-Петербургского университета. Психология. 2015. № 4. С. 5–21.

37. Сеткова Н.А. Роль социального интеллекта в самореализации представителей профессий типа «Человек-знаковая система» // Ученые записки Забайкальского государственного университета. Серия: Педагогические науки. – 2011. – №. 5.

38. Смирнова П.В. Роль социального интеллекта в становлении профессиональной идентичности / П.В.Смирнова // Одаренный ребенок - 2006 - №2 - с. 24-29.

39. Солсо Р.Л. Когнитивная психология / Под редакцией Р.Л. Солсо. – М.: Тривола, 2002. – 578 с.

40. Тест «Социальный интеллект» Гилфорда [Электронный ресурс] // - Режим доступа: https://psylab.info/Тест_«Социальный_интеллект»_Гилфорда

41. Тихомирова Т.Н., Ушаков Д.В. Измерение социального интеллекта у школьников // Социальный и эмоциональный интеллект. От процессов к измерениям. Под ред. Д.В. Люсина и Д.В. Ушакова. Изд-во Институт психологии РАН. – 2009. – С. 332-348.

42. Ушаков Д.В. Социальный интеллект как вид интеллекта // Социальный интеллект: теория, измерение, исследования / под ред. Д.В. Ушакова, Д.В. Люсина. – 2004. – С. 11-29.

43. Филонов, Л.Б. Коммуникация, общение, взаимодействие/ Л.Б. Филонов// Мир психологии. 1996. № 3

44. Холодная М.А. Психология интеллекта: Парадоксы исследования: учеб. пособ // Томск: Изд-во ТГУ, М.: Изд-во Барс. – 1997.

45. Чеснокова О.Б. Возрастной подход и исследование социального интеллекта у детей / О.Б. Чеснокова // Вопросы психологии – М.: 2005 - №6 - с. 35-45.

46. Шестун Г. Православная педагогика как система духовно-нравственного становления личности //Вестник Православного Свято-Тихоновского гуманитарного университета. Серия 4: Педагогика. Психология. – 2007. – №. 5.

47. Шрейдер Ю.А. Коммуникация и интеллект // Генетические и социальные проблемы интеллектуальной деятельности. 1975 С. 245

48. Южанинова А.Л. Связь социального интеллекта с некоторыми индивидуально-личностными особенностями // Прикладные вопросы психологии личности. Саратов: Изд-во Саратовского ун-та, 1985. С. 6375.

49. Южанинова А.Л. Понятие социальный интеллект в системе психологических категорий // Мировоззренческие и методологические вопросы современного научного познания. Саратов, 1985. С. 97-105.

50. Юркевич В.С. Проблема эмоционального интеллекта / В.С. Юркевич // Вестник практической психологии образования. 2005. -№ 3 С. 4-10.

51. Яковлева Е.В. К проблеме развития социального интеллекта у младших школьников. В сборнике: череповецкие научные чтения - 2012. Материалы Всероссийской научно-практической конференции. Отв. Редактор Н.П. Павлова. М.: 2013. С. 248-251.

52. Ясюкова Л.А. Социальный интеллект младших школьников. В сборнике: Психология интеллекта и творчества: традиции и инновации Материалы Всероссийской конференции, посвященной памяти Я.А. Пономарева и В.Н. Дружинина. М.: 2010. С. 355-363.

ПРИЛОЖЕНИЕ

Приложение А

Таблица 2 - Сводная таблица по результатам констатирующего этапа эксперимента всех четырех тестов и композитная оценка.

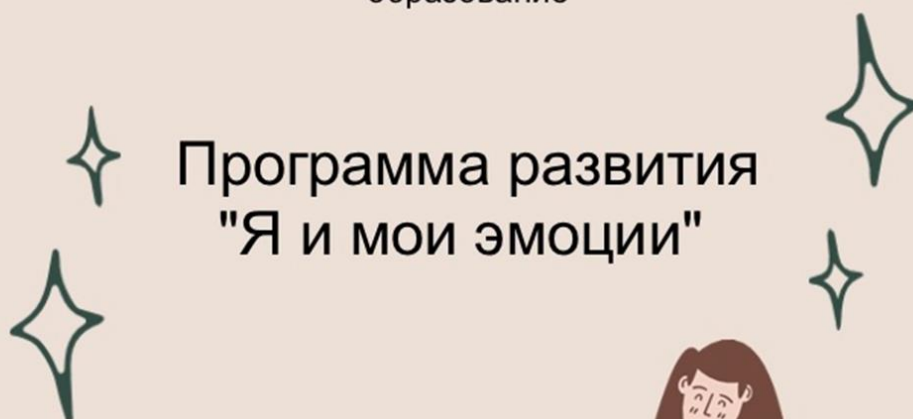
	Кол-во баллов Субтест 1	Кол-во баллов Субтест 2	Кол-во баллов Субтест 3	Кол-во баллов Субтест 4	Общее кол-во баллов	Композитная оценка
Софья Д.	13	10	5	5	33	3
Екатерина Т.	11	10	8	2	31	3
Игорь Ш.	11	7	5	4	27	3
Андрей И.	9	7	5	6	27	3
Виктория Я.	8	9	6	4	27	3
Никита П.	10	6	5	6	27	2
Ярослав Б.	11	7	4	2	24	2
Алина М.	5	5	7	7	24	2
Павел П.	9	5	6	4	24	2
Надежда С.	8	6	5	4	23	2
Ксения У.	10	3	7	3	23	2
Айнур Я.	7	6	6	4	23	2
Матвей П.	8	5	5	5	23	2
Никита К.	8	4	5	5	22	2
София Д.	8	5	8	1	22	2
Владислав Б.	7	5	3	5	20	2
Александра Ш.	8	7	2	2	19	2
Максим А.	9	5	5	0	19	2
Никита А.	4	5	3	4	16	2
Тихон Ф.	7	3	2	2	14	2
Соня Б.	11	11	9	9	40	4
Артур С.	12	11	7	8	38	4
Алёна М.	14	12	10	5	41	4

Автономная некоммерческая организация высшего
образования
«Поволжский православный институт имени Святителя
Алексия, митрополита Московского»

Кафедра педагогики и психологии

Направление подготовки: 44.03.01 Педагогическое
образование, Направленность: Начальное
образование

Программа развития
"Я и мои эмоции"



Выполнила студентка
4курсгруппы: НО-401
очной формы
обучения: Мурончик
Настасья Игоревна

Научный руководитель:
Денисова Елена
Анатольевна, кандидат
психологических наук,
доцент



Тольятти
2021

Оглавление

<u>Пояснительная записка</u>	68
<u>Содержание занятий</u>	71
<u>Краткое описание занятий</u>	74
<u>Занятие 1. Какой же я?</u>	75
<u>Занятие 2. Я и окружающие.</u>	77
<u>Занятие 3. Что такое дружба?</u>	80
<u>Занятие 4. Что я чувствую? Мое настроение.</u>	83
<u>Занятие 5. Что такое эмоции?</u>	86
<u>Занятие 6. Я и все мои эмоции.</u>	88
<u>Занятие 7. Радость!</u>	90
<u>Занятие 8. Грусть.</u>	93
<u>Занятие 9. Гнев! Почему я злюсь?</u>	96
<u>Занятие 10. В гармонии с собой.</u>	98
<u>Занятие 11. Страх! Почему я боюсь?</u>	101
<u>Занятие 12. Эмоции и я. Учуь управлять своими эмоциями.</u>	103
<u>Список литературы</u>	105
<u>Приложения</u>	106
<u>Занятие 4. Карточки с различным эмоциональным состоянием.</u>	106
<u>Занятие 5. Карточки для упражнения «Придумки»</u>	107
<u>Занятие 6. Создание плейлиста эмоциональной поддержки.</u>	108
<u>Занятие 7. Коробка радости</u>	109
<u>Занятие 8. Спиннер грусти.</u>	110
<u>Занятие 11. Заклинение от страха.</u>	111
<u>Занятие 12. Дневник эмоций.</u>	112

Пояснительная записка

Развитие социального интеллекта необходимо младшему школьнику для эффективного межличностного взаимодействия с окружающими и успешной социальной адаптации. Дети младшего школьного возраста еще мало осознают свои переживания, не всегда способны понять их причины. На трудности младший школьник чаще всего отвечает гневом, страхами, обидой. Программа «Я и мои эмоции» была создана с целью развития эмоциональной сферы младших школьников, социального интеллекта детей, коммуникативных навыков.

Цель программы: формирование социального интеллекта младших школьников, развитие эмоциональной сферы.

Задачи программы:

- формирование способности правильно оценивать поведение, поступки других и отношение к себе других людей;
- формирование способности понимать эмоциональное состояние, переживания, личностные особенности другого человека;
- освоение позитивных форм поведения и отношения к себе и окружающим;
- развитие навыков совместной деятельности;
- формирование умения согласовывать собственное поведение с поведением других детей.

Принципы

Принцип творческой активности. Постоянно вовлекать детей в различные игровые упражнения и их обсуждение, организовать ситуацию общения таким образом, чтобы дать возможность детям понять и попробовать новые способы поведения и экспериментировать с ними.

Принцип исследовательской позиции. В процессе работы в группе создаются такие ситуации, в которых участникам самим необходимо найти приемлемое для себя и для данной ситуации решение проблемы, идти собственным путем.

Принцип партнерского общения. Работая в группах, детей учат

признавать ценность другого, его мнение, интересы. Учат все решения принимать с учетом мнения и состояния других, а не только стремиться к достижению своих целей.

Принцип объективизации поведения. Поведение ребят постепенно переводится с импульсивного на осознанный уровень. Универсальным средством, позволяющим объективизировать (осознавать) свое поведение, является обратная связь. Тренер группы должен организовать психологически комфортные условия для эффективной обратной связи, что позволит каждому участнику узнать мнение окружающих о своей манере поведения, о своих поступках, о чувствах, которые испытывают люди, вступающие с ним в контакт, и на основе полученных знаний сознательно изменять свое поведение.

Ожидаемые результаты освоения программы развития социального интеллекта:

Личностные:

Учащиеся получают возможность для формирования:

- уважительного отношения к эмоциональной сфере, чувствам других людей;
- доброжелательности и отзывчивости, понимания и сопереживания чувствам и эмоциям другого человека;
- навыков сотрудничества с группой сверстников в различных ситуациях общения;
- умения не создавать конфликтов и находить выходы из спорных ситуаций.

Метапредметные:

Учащиеся получают возможность научиться:

- использовать речевые средства для решения коммуникативных задач
- слушать другого и вести диалог исходя из понимания эмоций и чувств собеседника
- конструктивно решать конфликты с помощью сотрудничества, учитывая интересы всех участников.

Предметные:

Учащиеся:

- смогут различать эмоции в речи по интонации, темпу и громкости;
- узнают мимические признаки разных эмоций;
- научатся верно различать свои эмоции и эмоции других людей;
- смогут правильно выражать свои эмоции с помощью мимики, поз, жестов, движений.

Программа занятий включают в себя такие методы и методические приемы как:

- 1) игровой метод;
- 2) дискуссия;
- 3) упражнения;
- 4) сюжетно- ролевое моделирование;
- 5) разбор конкретных случаев;
- 6) психогимнастические этюды.

Программа развития разработана на основе анализа авторских программ: тренинга Р. Р. Калининой «Страна понимания»; О. А. Куриловой «Я в мире людей, программы развития эмоционально-волевой сферы младших школьников Ю.И. Мокичевой.

Программа «Я и мои эмоции» ориентирована на обучающихся 4-х классов, в объеме 12 часов.

Программа развития предназначена для учителя начальных классов, проводится во внеурочное время.

Содержание занятий

Последовательность занятий программы «Я и мои эмоции» составлена в соответствии с календарно-тематическим планированием школьной программы 4 класса.

В таблице 1 представлено тематическое планирование программы «Я и мои эмоции».

Таблица 1. Тематическое планирование программы «Я и мои эмоции»

№	Название занятия	Занятие нацелено на:	Количество часов
1.	Какой же я?	– повышение самовосприятия, самопонимания; – развитие у детей интереса к себе.	1 час.
2.	Я и окружающие.	– развитие коммуникативных навыков улучшение общения со сверстниками; – понимание состояния другого человека.	1 час.
3.	Что такое дружба?	– развитие представлений детей о дружбе; – развитие умений сотрудничать; – формирование добродетельных отношений в коллективе.	1 час.
4.	Что я чувствую? Мое настроение.	– развитие представлений об эмоциях, настроении; – развитие способностей к пониманию настроения другого человека;	1 час.

		<ul style="list-style-type: none"> – развитие способностей к пониманию своего настроения, причин, управление своим настроением. 	
5.	Что такое эмоции?	<ul style="list-style-type: none"> – формирование начальных рефлексивных умений; – знакомство с многообразием эмоций; – развитие умений адекватно выражать свои эмоции. 	1 час.
6.	Я и все мои эмоции.	<ul style="list-style-type: none"> – развитие представлений об эмоциях, настроении; – развитие способностей к пониманию эмоционального состояния другого человека; – развитие способностей к выражению собственных эмоций. 	1 час.
7.	Радость!	<ul style="list-style-type: none"> – развитие представлений об эмоциональном состоянии радость; – формирование способности узнавать эмоцию по внешним проявлениям. 	1 час.
8.	Грусть.	<ul style="list-style-type: none"> – развитие представлений об эмоциональном состоянии грусть; – формирование способности по 	1 час.

		внешним проявлениям узнавать эмоцию.	
9.	Гнев! Почему я злюсь?	<ul style="list-style-type: none"> – развитие представлений об эмоциональном состоянии гнев, злость; – развитие рефлексии своего агрессивного поведения у детей. – формирование доверия к окружающим 	1 час.
10.	В гармонии с собой!	<ul style="list-style-type: none"> – гармонизирование эмоционального фона, развитие воображения; – способствование снятия психомышечного напряжения. 	1 час.
11.	Страх! Почему же я боюсь?	<ul style="list-style-type: none"> – развитие представлений об эмоциональном состоянии страх; – предоставлении возможности для актуализации своего страха. 	1 час.
12.	Эмоции и я. Учусь управлять своими эмоциями.	<ul style="list-style-type: none"> – способствование обогащению эмоциональной сферы; – формирование навыков самоконтроля. 	1 час.



Я и мои эмоции



Краткое описание занятий

Занятие 1. Какой же я?

Игра – приветствие «Здороваемся необычно».

Цель: создание положительной, комфортной атмосферы на занятии, развитие доверительного стиля общения, создание позитивных эмоциональных установок на доверительное общение.

Описание: Учитель говорит: «Давайте попробуем испытать новые эмоции, а заодно и освоим нетрадиционные приветствия. Вы можете сами придумать их и показать всей группе. Для начала предлагаю несколько вариантов приветствия: тыльной стороной ладони, стопами ног, коленями, плечами, лбами и т. п.

Упражнение «Я – хороший, я – плохой»

Цель: Развитие рефлексии и самоанализа.

Описание: Участникам предлагается нарисовать рисунок, автопортрет, на котором должны быть нарисованы как их хорошие, так и плохие качества. Для этого можно силуэт автопортрета разделить вертикально пополам и предложить изобразить выражение лица, цветовосприятие себя «Хорошего» и «Плохого». Если дети затрудняются, то можно поговорить с ними о том, какие качества они считают плохими, а какие хорошими и почему. Как можно нарисовать плохое качество, а как хорошее? Какого они могут быть цвета и какой формы?

Упражнение «Автобиография»

Цель: Восприятие и проявление представлений о себе в социальном и психологическом плане.

Описание: Нужно представить себя окружающим. Рассказать о том, где учились, где живете, какой вы человек, какие у вас интересы, сколько вам лет, какого вы роста... Имейте в виду, что это ваша заявка о себе, сделайте ее оригинальной, интересной, привлекательной для окружающих.

Упражнение «Свет мой, зеркальце, скажи»

Цель: Личностная установка на самоанализ.

Описание: Вспомните сказку А.С. Пушкина «О мертвой царевне и о семи богатырях». У царицы было зеркальце, которое она время от времени спрашивала:

Свет мой, зеркальце, скажи,

Да всю правду доложи:

Я ль на свете всех милее,

Всех румяней и белее?

Представьте, что вы держите в руках такое волшебное зеркальце, и оно дает ответ на ваш вопрос «Кто я?». Возьмите лист бумаги и ответьте на этот вопрос искренне, запишите ваши определения; чем больше их будет, тем лучше.

Задание для самостоятельного выполнения «Какой Я?»

Цель: Развитие рефлексии и самоанализа.

Описание: На листе бумаги выпишите приведенные ниже вопросы и ответьте на них:

1. Мой жизненный путь: мои основные успехи и неудачи.
2. Мои дружеские связи: с кем я дружен и почему.
3. Мои конфликты: в чем они состоят и чем я их объясняю.
4. Мои стимулы: что или кто контролирует мою жизненную активность.
5. Негативные воздействия: какие и как я хочу их устранить.
6. Позитивные воздействия: какие хочу использовать или поддержать.
7. Мои проблемы: что мне мешает жить и что я хочу в связи с этим изменить.



Занятие 2. Я и окружающие.

Игра-приветствие «Вежливые слова»

Цель: развитие уважительного отношения в общении с собеседниками, привычки пользоваться вежливыми словами.

Описание: Игра проводится с мячом в круге. Участники бросают друг другу мяч, называя вежливые слова-приветствия (привет, здравствуйте, добрый день, приветствую вас и др.). Затем можно усложнить ход игры и предложить назвать слова благодарности, извинения.

Этюды на различные позиции в общении

Цель: Анализ различных позиций в общении.

Описание: Детям дается задание разбиться на пары. Общение в парах проходит в диалоговом режиме. Для общения предлагаются интересные и актуальные для детей темы: "Мое любимое животное", "Мой самый радостный день в прошлом месяце" и пр.

Сначала ситуация общения организуется, когда оба ребенка сидят лицом друг к другу, затем один ребенок сидит на стуле, а другой стоит около своего стула (дети меняются местами), затем дети, сидя на стуле спиной друг к другу, продолжают разговор.

После у детей спрашивают о впечатлении, настроении, возникшем в процессе общения. Как больше понравилось общаться? Почему?

Занятие «Портрет самого лучшего друга»

Цель: Развитие анализа и самоанализа.

Описание: Детям дается задание нарисовать портрет своего самого лучшего друга. Затем проводится беседа:

- Кого ты считаешь своим самым хорошим, самым лучшим другом?
- Какими качествами обладает этот человек?
- Хотите ли вы, чтобы вас считали хорошим другом?
- Что для этого надо делать, как себя вести?

В ходе общего обсуждения формулируются правила радостного

общения, которые рисуют в доступной для детей схематичной форме или же записывают их на листе ватмана печатными буквами (если дети уже умеют читать). Например:

- Помогай друзьям.
- Делись с ними, учись играть и заниматься в вместе.
- Останови друга, если он делает что-то плохое. Скажи ему, если он в чем-то не прав.
- Не ссорься, не спорь по пустякам; играй со всеми дружно.
- Не завидуй.
- Если поступил плохо, не бойся признаться в этом, извинись.
- Спокойно принимай советы и помощь других ребят.
- Не радуйся, когда кто-то проигрывает. Если можешь, помоги ему.
- Если проиграл сам, не срывай злость на других, может быть, ты выиграешь в следующий раз

Игра «Руки знакомятся, руки ссорятся, руки мирятся».

Цель: Развивать умение выражать свои чувства и понимать чувства другого человека.

Описание: Дети сидят в парах напротив друг друга на расстоянии вытянутой руки.

Воспитатель дает задание:

1. Протяните руки навстречу друг другу, познакомьтесь руками, постарайтесь лучше узнать своего партнера. Поздоровайтесь с каждым пальчиком, ладошкой, пыльной стороной ладони, ее ребром. Какими вежливыми словами мы можем сопроводить приветствие. Опустите руки.
2. Снова вытяните руки вперед, но теперь ваши ручки ссорятся друг с другом. Постучите своими кулачками о кулачки партнера, громко хлопните своими ладошками о ладошки соседа, возьмитесь руками так, чтобы пальцы образовали попарно «замочки», поворачивайте кистями рук. Какими словами мы можем сопровождать ссору.

Опустите руки.

3. Ваши руки снова ищут друг друга, они хотят помириться, они просят прощения. Погладьте руки друг друга, выполните крепкое рукопожатие, проиграйте мирилку «Мирись, мирись, мирись и больше не дерись».

Вы расстанетесь друзьями.



Занятие 3. Что такое дружба?

Игра-приветствие «Ничего мне не говори».

Цель: установление контакта между детьми, атмосферы доброжелательности, развитие навыка вербального общения.

Описание: Участникам предлагается поприветствовать друг друга, используя только средства мимики и пантомимики (улыбку, рукопожатие, поглаживание, кивок головой). Каждый следующий участник предлагает свой способ приветствия.

Беседа на тему «Что такое дружба», работа с понятием.

Игра «Найди друга»

Цель: Повышение уверенности ребенка, снижение чувства одиночества, тревоги.

Описание: Дети разбиваются по парам. Одному из детей завязывают глаза, дают возможность походить по помещению и предлагают найти и узнать друга. Узнать можно с помощью рук, ощупывая волосы, одежду, руки. Затем, когда друг найден, игроки меняются ролями.

Игра «Пойми меня»

Для участия в конкурсе приглашаются по 3 участника из каждой команды. Причём каждый из них выполняет определённую роль: один из участников ничего не видит, второй – ничего не слышит, а третий не может говорить. Задача команды заключается в том, чтобы договориться о встрече: где (место встречи), когда (день и время), для чего (например, пойти в кино, на день рождения, погулять, покататься на лыжах или коньках и т.д.) На выполнение задания даётся 3 минуты.

5. Тест “Хороший ли ты друг”

Цель:

Возьмите пожалуйста ручку и листик, мы проведём небольшой тест, хороший ли ты друг?

1. Вы собрались в кино, но вдруг выясняется, что у твоей подруги

(друга) нет денег на билет. Как ты поступишь?

- A. Пойдешь в кино одна (один).
- B. Одолжишь подруге (другу) денег.
- C. Найдешь богатенького приятеля, который мог бы сводить вас в кино.

2. Ты хочешь пригласить подругу (друга) вместе провести вечер, но она (он) уже обещал (а) своей маме сделать уборку. Как ты поступишь?

- A. Проведешь вечер одна (один).
- B. Поможешь ей (ему). Чем быстрее вы закончите работу, тем больше времени останется на веселье.
- C. Позвонишь другой (-ому) подружке (другу).

3. Ты идешь по улице и вдруг видишь, что шайка хулиганов пристает к твоей подруге (другу). Как ты поступишь?

- A. Сделаешь вид, что ты их не замечаешь, и поспешишь скрыться.
- B. Бросишься на помощь подруге (другу).
- C. Расскажешь об этом ее (его) отцу...когда увидишь его.

4. Вы с группой поехали на экскурсию. Вдруг одна из твоих подруг (один из твоих друзей) обнаруживает, что не взял (а) с собой еды. Как ты поступишь?

- A. Скажешь ей (ему), чтобы в следующий раз он(а) лучше собиралась в поездку.
- B. Поделишься с ней (с ним) своим обедом.
- C. Скажешь об этом учителю, чтобы он что-нибудь придумал.

Подведем итог.

Больше ответов А: Возможно, настало время сесть и подумать, почему никто не помогает тебе в трудных ситуациях. Настоящая дружба предполагает взаимную помощь и поддержку. Покажи своим друзьям, что ты в любую секунду готов(а) прийти им на помощь.

Больше ответов Б: Ты замечательный друг! На тебя можно положиться в трудную минуту. Таких как ты интересные события и приключения с

друзьями ждут на каждом шагу. Самое главное – твои друзья знают, что всегда могут положиться на тебя!

Больше ответов С: Ты беспокоишься о своих друзьях, особенно когда они оказываются в сложной ситуации, но дружба – это не только приятное времяпрепровождение. Твои друзья должны быть уверены, что всегда могут рассчитывать на твою помощь. У тебя большие задатки. Чтобы стать настоящим другом, подумай о том, как их реализовать.

– Я надеюсь, что этот тест заставит каждого из вас задуматься о том, что быть другом – это сложный и кропотливый труд, это работа, прежде всего, над собой.

- Делись своими успехами, неудачами и новостями.
- Умей слушать.
- Оказывай другу эмоциональную помощь и поддержку.
- Доверяй другу и будь уверенным в нем.
- Сохраняй тайны своего друга.
- Не критикуй друга публично.
- Не будь назойливым и не поучай.
- Не обсуждай друга в его отсутствие.
- Не ревнуй друга к другим его друзьям.
- Уважай внутренний мир и чувства своего друга.
- Возвращай долги.
- Радуйся успехам своего друга.



Занятие 4. Что я чувствую? Мое настроение.

Игра-приветствие «А вот там, здороваются так...»

Цель: установление контакта между детьми, атмосферы доброжелательности, развитие навыка вербального общения.

Описание: Группе предлагается поздороваться друг с другом так, как принято делать это в других странах. Для начала учитель должен рассказать о различных способах

Вот несколько вариантов приветствия:

- объятие и троекратное лобызание поочередно в обе щеки (Россия);
- легкий поклон со скрещенными на груди руками (Китай);
- рукопожатие и поцелуй в обе щеки (Франция);
- легкий поклон, ладони сложены перед лбом (Индия);
- легкий поклон, руки и ладони вытянуты по бокам (Япония);
- поцелуй в каждую щеку, ладони лежат на предплечье партнера (Испания);
- простое рукопожатие и взгляд в глаза (Германия);
- мягкое рукопожатие обеими руками, касание только кончиками пальцев (Малайзия);
- потереться друг об друга носами (эскимосская традиция).

Беседа «Мое настроение»

Цель: Введение в тему, повышение мотивации к самоанализу, рефлексии.

Описание: Подумайте и определите, в каком эмоциональном состоянии вы находитесь чаще всего: жизнерадостном, оптимистичном, или грустном, печальном, или подавленном, мрачном. Это – ваше настроение. У каждого человека есть свой тон обычного настроения. Про одного мы говорим: «жизнерадостный человек», хотя у него в отдельные моменты может быть и печальное, и подавленное настроение. Другого мы воспринимаем как мрачного, недовольного, хотя и он иногда может быть веселым, оживленным.

Самое интересное, что мы никому не докладываем о своем настроении, но взгляд, слово, движение, выражение лица, наклон головы, интонация, вздох, улыбка – и все становится ясно. Есть ли у вас «свое настроение, такое, в котором вы находитесь чаще всего? Подумайте, каким вас видят ваши друзья, одноклассники, родители? Я призываю вас к самоанализу. Вам необходимо будет работать с людьми, и уметь управлять своими эмоциями. Психологические исследования показывают, что человек с устойчивым мрачным настроением распространяет свое состояние на окружающих, с которыми он взаимодействует. В результате у всех может возникнуть общее подавленное настроение, когда не хочется ни шутить, ни разговаривать, ни обмениваться впечатлениями. В эти моменты обычно душой владеют не жизнеутверждающие чувства, а мрачные предчувствия. Но, с другой стороны, вам известно, что постоянно выражаемая в словах и поведении бурная жизнерадостность, экзальтированность в проявлении чувств, даже положительных, также угнетающе действует на окружающих людей, утомляет их и часто вызывает раздражение, особенно тогда, когда оптимизм одного человека не соответствует общему настроению. Поэтому важно знать о своем обычном настроении и думать о соответствии своего настроения в той или иной конкретной ситуации, а также о мере его проявления в поведении. Иными словами, ты должен управлять своим настроением, а не оно тобой.

Упражнение «Моё настроение»

Цель: Развитие умения описывать свое настроение, развитие понимания настроения других, развитие эмпатии, ассоциативного мышления.

Описание: педагог предлагает детям рассказать остальным о своем настроении: его можно нарисовать, можно сравнить с каким-нибудь цветом, животным, состоянием, можно показать его в движениях – всё зависит от фантазии, желания и степени «открытости» ребенка.

Упражнение «Как справиться с плохим настроением».

Цель: Обозначение способов, помогающих справляться с плохим настроением, выбор адекватных, «здоровых», не вредящих здоровью способов

поднятия настроения.

Описание: В командах обозначить способы, помогающие справляться с плохим настроением, а затем по истечении времени озвучить их.

Упражнение «Угадай настроение»

Цель: обучение детей угадывать настроение людей и каким качеством нужно воспользоваться в этот момент.

Игровой материал: картинки с эмоциональными состояниями людей.

Описание: сначала психолог выясняет у детей, какие эмоциональные состояния они знают (радость, грусть, испуг, безразличие, возмущение). После этого дети анализируют средства выражения, позволяющее окружающим правильно понять их. Затем психологом предлагаются различные ситуации, к которым необходимо подобрать наиболее соответствующее настроение, состояние, чувство. Например, ситуация «заблудились в лесу» - какое настроение, чувство возникает сразу (грусть, страх, испуг); какое качество человека больше всего пригодится в данной ситуации (решительность, находчивость, смелость).



Занятие 5. Что такое эмоции?

Игра – приветствие «Здороваемся необычно».

Цель: создание положительной, комфортной атмосферы на занятии, развитие доверительного стиля общения, создание позитивных эмоциональных установок на доверительное общение.

Описание: Учитель говорит: «Давайте попробуем испытать новые эмоции, а заодно и освоим нетрадиционные приветствия. Вы можете сами придумать их и показать всей группе. Для начала предлагаю несколько вариантов приветствия: тыльной стороной ладони, стопами ног, коленями, плечами, лбами и т. п.

Беседа на тему что такое эмоции, работа с понятием.

Упражнение «Придумки»

Цель: Развитие ассоциативного мышления, воображения.

Описание: Ведущий предлагает участникам придумать небольшой рассказ, ориентируясь на картинки. «Я начну придумывать историю, а вы продолжите. Например, Таня вышла во двор гулять. Она взяла мяч. Настроение у неё было вот такое (показывается 1 карточка) Затем Таня (показывается следующую карточку), а дети по цепочке продолжают придумывать развитие ситуации.

Игра-пантомима «Кто живет в Африке?»

Цель: Учить свободно двигаться, используя все окружающее пространство, формировать навыки импровизации.

Описание: Перед игрой педагог выставляет на доске иллюстрации с изображением африканских животных (жираф, слон, лев, носорог, бегемот, зебра, обезьяны...).

— Знакомы ли вам эти животные? (Ответы детей.)

— Представьте себе, что вы попали в жаркую Африку и превратились в этих животных. Вы не говорите, кем вы стали, а я попробую это отгадать. Включается фонограмма «Чунга-чанга», дети имитируют движения

выбранного животного, а воспитатель пытается отгадать.

Упражнение: «Фантом» или «Где живут эмоции?»

Цель: помочь ребёнку посредством арт-терапии справиться с проблемами, вызывающими у него эмоции, которые зачастую он не может обсудить словесно, а заодно дать выход творческой энергии. Ребёнок вооружается одним из доступных и приятных для него способов снятия эмоционального напряжения - рисованием.

Материалы для занятия: альбомные листы, краски, кисти, баночки с водой, фломастеры и карандаши.

Задание: – Нарисуйте большой силуэт человека. (Дети рисуют.) А теперь мысленно представляйте то, о чём я вас попрошу.

Вспомните самое радостное событие своей жизни: что вы при этом испытывали, в какой части тела, каким была цветом радость? Нарисуйте радость на своем силуэте.

Какого цвета ваше счастье? В какой части тела? Нарисуйте.

Иногда в жизни нам приходится поволноваться, например, перед экзаменом, контрольной работой... Какого для вас цвета волнение? В какой части тела оно расположено? Нарисуйте.

Отличаются ли для вас по цвету грусть и злость? Какие это цвета?

Нарисуйте соответствующими цветами на фантоме эмоции спокойствия, раздражения и добавьте ещё любые другие эмоции, какие захотите!

Обсуждение: по желанию дети рассказывают, какие эмоции, какого цвета, в какую часть тела они поместили. Ответы детей нельзя интерпретировать. Просто принимать с интересом все высказывания детей, показывая уникальность или схожесть детских переживаний.

Создание плейлиста эмоциональной поддержки.



Занятие 6. Я и все мои эмоции.

Игра-приветствие «Вежливые слова»

Цель: развитие уважительного отношения в общении с собеседниками, привычки пользоваться вежливыми словами.

Описание: Игра проводится с мячом в круге. Участники бросают друг другу мяч, называя вежливые слова-приветствия (привет, здравствуйте, добрый день, приветствую вас и др.). Затем можно усложнить ход игры и предложить назвать слова благодарности, извинения.

Упражнение «Иногда Я...»

Цель: Развитие рефлексии и самоанализа.

Описание: Участникам предлагается подготовить мини-рассказ о нескольких примерах проявления собственных эмоций и причинах их проявления. Например: «Иногда я злюсь, потому что у меня что-то не получается» или «Иногда (всегда) я счастлив, когда мне дарят подарки!» и т.д. Далее, участники по очереди делятся своими рассказами с группой.

Упражнение «Зеркало»

Цель: угадывать эмоции людей и каким качеством нужно воспользоваться в этот момент.

Описание: Каждой паре участников предлагается пример ситуации, в которой проявляется какая-то эмоция. Участники в паре должны обсудить данную ситуацию и изобразить ее перед группой, «инсценируя» предложенные эмоции. Остальные же участники группы должны угадать, какие эмоции показаны.

Примеры ситуаций:

1. Ученик плохо ведет себя на уроке, учительница делает ему замечания (эмоция – раздражение);
2. Ребенок получает подарок на день рождения (эмоция – радость);
3. Ребенка ведут к стоматологу, он боится (эмоция – страх);
4. Два друга поссорились и не разговаривают (эмоция – обида);

5. Ученик получил двойку за контрольную работу и очень огорчен (эмоция – грусть);

6. Ребенок увидел на небе радугу и очень удивился (эмоция – удивление).

Упражнение «Палитра эмоций».

Цель. Познание своих эмоций. Конгруэнтность эмоциональных состояний.

Описание: Упражнение включает в себя список эмоций (эмоциональных состояний), рекомендованный для психогимнастики и проверки взаимопонимания между партнерами, и процедуру тренировки этих эмоций.

1. Один делает, другой угадывает эмоцию.
2. Дополнительный режим: один делает, другой редактирует.

Список эмоций для отработки:

уверенность в себе,	усталость,
насмешливость,	гнев,
гневное возмущение,	спокойное превосходство,
воодушевленная	царственность,
мечтательность,	расслабленное довольство,
грусть светлая,	радость,
печаль,	горе,
страх,	унылая плаксивость,
интерес,	удивление,
тоскливая грусть,	отвращение,
детская обиженность,	восхищение,
вина,	большая просьба,
тупая покорность,	лукавство,
злое упорство,	нежность и благодарнос
стыд,	
опасливая настороженность,	
презрение,	

Занятие 7. Радость!

Игра-приветствие «Ничего мне не говори».

Цель: установление контакта между детьми, атмосферы доброжелательности, развитие навыка вербального общения.

Описание: Участникам предлагается поприветствовать друг друга, используя только средства мимики и пантомимики (улыбку, рукопожатие, поглаживание, кивок головой). Каждый следующий участник предлагает свой способ приветствия.

Упражнение «Школа улыбок»

Цель: Развитие эмпатии, навыков культурного общения.

Описание: Педагог предлагает детям обсудить:

- Когда люди улыбаются?
- Какие бывают улыбки?
- Попробуйте их показать.
- Дети пробуют улыбнуться сдержанно, хитро, искренне...
- Нарисуйте улыбающегося человека.
- Улыбающийся человек, какой он?

Психогимнастика «Ручеек радости»

Цель: Сплочение в коллективе и создание благоприятного эмоционального комфорта

Описание: Дети садятся на пол по кругу, берутся за руки, расслабляются. Педагог предлагает им мысленно представить, как внутри у каждого поселился добрый, веселый ручеек. Водичка в ручейке была чистая, прозрачная, теплая. Ручеек был совсем маленьким и очень озорным. Он не мог долго усидеть на одном месте. «Давайте с ним поиграем и мысленно представим себе, как чистая, прозрачная, теплая водичка через ваши ручки переливается друг другу по кругу». Дети мысленно передают друг другу радость.

Проектная работа «Я дарю тебе радость»

Цель: установление положительных психоэмоциональных отношений в группе

Предварительная работа: педагог заранее говорит варианты ответов на вопрос «Что такое радость?». Например, «Радость – это когда все радуются, всем весело», «Бывает радость большая, а бывает маленькая. Маленькая – это когда у одного, а большая – когда у всех», «Радость – это, когда все здоровы», «Радость – это, когда праздник», «Радость – это когда нет войны», «Радость – это я, потому что мама говорит: «Ты моя радость!» и др.

Описание: Детям предлагается ответить на вопрос «Что такое радость?». Педагог или сами дети фиксируют ответы на цветной бумаге, сравнивает с теми, которые были заранее приготовлены. Далее дети отвечают на вопросы: «Что ты делаешь, когда тебе весело? Расскажи самый смешной (веселый) случай, который произошел с тобой». Самые интересные истории можно зафиксировать на цветной бумаге. Затем детям предлагается нарисовать сюжет этого рассказа. Совместно с детьми педагог наклеивает рисунки на большой лист бумаги (ватман) – проводится выставка (обсуждение, выбор самого оригинального рисунка, ответы на вопрос «Что такое радость? И самые интересные истории).

Работа «Коробка радости»

Цель: Познание своих эмоций. Конгруэнтность эмоциональных состояний.

Описание: Для каждой эмоции мы, собираем коробку с предметами, с ней связанными. В моей коробочке радости лежат ракушка, которую я нашёл в море, камушек с бабушкиной дачи, колокольчик — подарок мамы, кораблик: его мы сделали вместе с папой — и шишка, раскрашенная золотой краской к Новому году. Ты тоже можешь так сделать!

Возьми картонную коробку или смастери её сам, обклей красивой бумагой и положи внутрь то, что напоминает тебе про радостные события. А

сейчас напиши или нарисуй на гранях коробки то, что вызывает у тебя радость.

Занятие 8. Грусть.

Игра-приветствие «А вот там, здороваются так...»

Цель: установление контакта между детьми, атмосферы доброжелательности, развитие навыка вербального общения.

Описание: Группе предлагается поздороваться друг с другом так, как принято делать это в других странах. Для начала учитель должен рассказать о различных способах

Вот несколько вариантов приветствия:

- объятие и троекратное лобызание поочередно в обе щеки (Россия);
- легкий поклон со скрещенными на груди руками (Китай);
- рукопожатие и поцелуй в обе щеки (Франция);
- легкий поклон, ладони сложены перед лбом (Индия);
- легкий поклон, руки и ладони вытянуты по бокам (Япония);
- поцелуй в каждую щеку, ладони лежат на предплечье партнера (Испания);
- простое рукопожатие и взгляд в глаза (Германия);
- мягкое рукопожатие обеими руками, касание только кончиками пальцев (Малайзия);
- потереться друг об друга носами (эскимосская традиция).

Беседа о понятии «Грусть». Работа с понятием.

Графическое задание

Цель: Познание своих эмоций. Конгруэнтность эмоциональных состояний.

Описание: - Нарисуйте что-нибудь грустное.

Например, я бы нарисовала осенний листок, упавший с дерева. У меня этот листок вызывает грусть, так как напоминает о том, что лето закончилось и скоро наступят холода.

- Вы придумайте свой грустный рисунок, не повторяйте за мной. Пусть у каждого появится своя идея.

Дети рисуют карандашами или фломастерами на листах А4, показывают и объясняют свои варианты «грустных рисунков».

Упражнения на снятие мышечного напряжения:

«Лодка»

Цель: расслабление всего тела

Описание: Встать сбоку у ковриков – лодок, руки за спину. Психолог показывает и объясняет: Расслабьтесь. Слушайте и делайте, как я:

«Стало лодочку качать – ногу к лодочке прижать!

Крепко ногу прижимаем, а другую расслабляем.

Сели, руки - на колени, а теперь немного лени.

Напряженье улетело и расслабленно все тело.

Наши мышцы не устали, и еще послушней стали.

Дышим легко...ровно...глубоко...»

«Дудочка»

Цель: расслабление мышц лица, особенно вокруг губ.

Описание: «Давайте поиграем на дудочке. Неглубоко вдохните воздух, поднесите дудочку к губам. Начинайте медленно выдыхать, и на выдохе попытайтесь вытянуть губы в трубочку. Затем начните сначала. Играйте! Какой замечательный оркестр!»

Работа «Спиннер грусти»

Цель: создание инструмента для эмоциональной разрядки

Описание: Когда мне становится очень грустно или я устаю мечтать, я достаю рулетку грусти. Сделай себе такую же.

Вырежи из бумаги круг, с помощью карандаша и линейки раздели его на секторы, в каждом из них напиши приятное дело. Возьми спиннер, или обычный карандаш (наверняка он есть у тебя дома, и не один), приклей к нему

стрелочку. Когда тебе станет очень грустно, положи карандаш в середину круга, раскрути и выполни то, на что покажет стрелка. А ещё ты можешь показать игру друзьям и научить их грустить с пользой.

Занятие 9. Гнев! Почему я злюсь?

Игра – приветствие «Здороваемся необычно».

Цель: создание положительной, комфортной атмосферы на занятии, развитие доверительного стиля общения, создание позитивных эмоциональных установок на доверительное общение.

Описание: Учитель говорит: «Давайте попробуем испытать новые эмоции, а заодно и освоим нетрадиционные приветствия. Вы можете сами придумать их и показать всей группе. Для начала предлагаю несколько вариантов приветствия: тыльной стороной ладони, стопами ног, коленями, плечами, лбами и т. п.

Беседа на тему «Гнев и распознавание гнева у других людей».

Работа с понятием.

Игра «Смешинки и злючки»

Цель: Развитие умения распознавать эмоциональные состояния.

Описание: Педагог предлагает детям рассмотреть два портрета: на одном изображено веселое выражение лица, на другом злое. Детям задаются вопросы: «Какое настроение изображено на картинке? Как вы узнали? Давайте посмотрим, как расположены брови, ротик». Дети внимательно рассматривают. «А теперь давайте подойдем к зеркалу и постараемся изобразить сначала весёлое, затем сердитое выражение лица». Дети изображают с помощью мимики различное настроение и сравнивают с портретами.

Подвижная игра "Обзывалки"

Цель: снять вербальную агрессию, помочь детям выплеснуть гнев в приемлемой форме.

Описание: скажите детям следующее: "Ребята, передавая мяч по кругу, давайте называть друг друга разными необидными словами (заранее

обговаривается условие, какими обзывалками можно пользоваться. Это могут быть названия овощей, фруктов, грибов или мебели). Каждое обращение должно начинаться со слов: "А ты, ..., морковка!" Помните, что это игра, поэтому обижаться друг на друга не будем. В заключительном круге обязательно следует сказать своему соседу что-нибудь приятное, например, " А ты, ... солнышко!" Следует проводить ее в быстром темпе, предупредив детей, что это только игра и обижаться друг на друга не стоит.

Упражнение "Кулачки"

Цель: Обучение детей техникам ауторелаксации и саморегуляции.

Описание: Встаньте, опустите руки вдоль туловища. Ваша задача до боли, сжать кулаки и затем медленно очень разжать. Постарайтесь прочувствовать ваши ощущения в напряженном и расслабленном состоянии.

Обсуждение: Что вы чувствовали при выполнении этого упражнения.

Это упражнение, позволяет сдерживать нас, не причинить вред окружающим. Также есть еще один приём остановить себя, если нам хочется кого - то стукнуть, что - то кинуть. Нужно обхватить ладонями локти и сильно прижать руки к груди - эта поза выдержанного, сильного духом человека.

Занятие 10. В гармонии с собой.

Игра-приветствие «Вежливые слова»

Цель: развитие уважительного отношения в общении с собеседниками, привычки пользоваться вежливыми словами.

Описание: Игра проводится с мячом в круге. Участники бросают друг другу мяч, называя вежливые слова-приветствия (привет, здравствуйте, добрый день, приветствую вас и др.). Затем можно усложнить ход игры и предложить назвать слова благодарности, извинения.

Психомедитация «Волшебный сон»

Цель: Снятие психомышечного напряжения, развитие слухового и двигательного внимания, умения расслабляться и восстанавливать внутреннее равновесие.

Описание: Педагог предлагает детям занять удобную позу на ковре или стульях. Под тихую медленную музыку дети слушают рассказ ведущего.

«Реснички опускаются, глазки закрываются.

Мы спокойно отдыхаем...

Сном волшебным засыпаем...

Засыпаем, отдыхаем...

Наши руки отдыхают...

Отдыхают, засыпают...

Ноги тоже отдыхают...

Отдыхают, засыпают...

Дышится легко, ровно, глубоко...»

Пауза. Более громким голосом:

«Хорошо нам отдыхать, но пора уже вставать...

Потянулись к солнышку, улыбнулись».

Игра «Волшебные рисунки», «Кляксы»

Цель: Развитие воображения, гармонизация эмоционального фона.

Материалы: Гуашевые краски (не менее 6 цветов), разведенные до густоты сметаны; белые листы бумаги для рисования (по количеству детей), предварительно сложенные пополам; кисти для рисования.

Описание: Педагог предлагает детям брызнуть краской на лист бумаги так, чтобы получились кляксы (количество клякс не ограничено). Цвет ребята выбирают самостоятельно, без подсказки взрослого. Затем дети складывают лист пополам, ладошками прижимают две половинки листа. Потом открывают и смотрят, что получилось. Если дети затрудняются, ведущий помогает ребятам фантазировать: это может быть праздничный салют, сказочные цветы, волшебный замок, царство дракона...

Задание «Я спокоен, когда...»

Цель: распознавание своего состояния покоя, конгруэнтность эмоции умиротворения.

Описание: Спокойное облачко знакомит детей со спокойным карандашиком, который поможет записать ваши ответы на вопросы: «Когда я спокоен, я...» «Я спокоен, когда...» Давайте поговорим, когда вы спокойны

«Я спокоен, когда...» (детские ответы записываем на спокойном облачке)

Дыхательная гимнастика

Дышим тихо, спокойно и плавно

Цель: учить детей расслаблять и восстанавливать организм после физической нагрузки и эмоционального возбуждения; регулировать процесс дыхания, концентрировать на нем внимание с целью контроля за расслаблением своего организма и психики.

Описание: Исходное положение - стоя, сидя, лежа. Если сидя, спина ровная, глаза лучше закрыть.

Медленный вдох через нос. Когда грудная клетка начнет расширяться, прекратить вдох и сделать паузу, кто сколько сможет. Затем плавный выдох через нос (*повторить 5-10 раз*).

Упражнение выполняется бесшумно, плавно, так, чтобы даже подставленная к носу ладонь не ощущала струю воздуха при выдыхании.

Техника дыхания 4-7-8

Цель: переводение тела в состояние спокойствия и расслабления.

Описание: Чтобы правильно практиковать эту технику, и не важно — лежите ли вы в кровати или стоите у доски — начните с полного выдоха через рот. Затем, закрыв рот, медленно вдохните через нос на счет четыре. Задержите дыхание на счет семь. Затем выдохните полностью через рот на счет восемь. Повторите цикл три раза, чтобы эффект был заметен.



Занятие 11. Страх! Почему я боюсь?

Игра-приветствие «Ничего мне не говори».

Цель: установление контакта между детьми, атмосферы доброжелательности, развитие навыка вербального общения.

Описание: Участникам предлагается поприветствовать друг друга, используя только средства мимики и пантомимики (улыбку, рукопожатие, поглаживание, кивок головой). Каждый следующий участник предлагает свой способ приветствия.

Игра «Живая шляпа»

Цель: объяснение относительности страха посредством групповой игры.

Описание: детям предлагается поиграть в игру «Живая шляпа», где они являются активными участниками. Ведущий (очень эмоционально) начинает свой рассказ. «Это произошло совсем недавно с очень хорошими друзьями. Однажды у _____ (имя одного из присутствующих) был день рождения. И он пригласил к себе: (ведущий перечисляет имена всех присутствующих детей). В самый разгар веселья, когда родителей не было в комнате, раздался грохот. Дети насторожились, а кто-то даже успел испугаться. Ведущий (делает испуганное выражение лица): «Ой, что это?!» _ и с ужасом смотрит по сторонам, останавливая свой взгляд в углу комнаты (там заранее прячется игрушечный котенок, сидящий в машинке с дистанционным управлением, накрытый шляпой). Все ребята побежали в угол комнаты. И что же все там увидели? Дети предлагают варианты ответов. Ведущий продолжает. Это была не просто шляпа ... она двигалась! Ведущий, незаметно от детей, начинает управлять движением шляпы. Дети разбегаются в разные стороны. Все, конечно же, испугались (Ведущий просит детей изобразить мимикой и жестами испуг). Как вдруг шляпа перевернулась... и

там оказался маленький, пушистый, мягкий котенок. Детям предлагается дотронуться до котенка и погладить его».

Упражнение «Воспитай свой страх»

Цель: коррекция эмоции страха.

Описание: как и в предыдущем упражнении, проводится предварительная беседа, и ребенку предлагается нарисовать свой страх. После того, как рисунок готов, психолог предлагает ребенку перевоспитать страшилку (для этого нужно сделать его добрым). Вместе они придумывают, как это сделать. Возможны варианты: пририсовать воздушные шары, конфеты в руках у страшилки; исправить злое выражение лица на доброе, улыбочное; одеть страшилку в нарядный, веселый костюм – и другие веселые атрибуты.

Видеоролик о распознавании эмоции страха. Обсуждение.

Составление заклинания от страха.

Занятие 12. Эмоции и я. Учись управлять своими эмоциями.

Игра-приветствие «А вот там, здороваются так...»

Цель: установление контакта между детьми, атмосферы доброжелательности, развитие навыка вербального общения.

Описание: Группе предлагается поздороваться друг с другом так, как принято делать это в других странах. Для начала учитель должен рассказать о различных способах

Вот несколько вариантов приветствия:

- объятие и троекратное лобызание поочередно в обе щеки (Россия);
- легкий поклон со скрещенными на груди руками (Китай);
- рукопожатие и поцелуй в обе щеки (Франция);
- легкий поклон, ладони сложены перед лбом (Индия);
- легкий поклон, руки и ладони вытянуты по бокам (Япония);
- поцелуй в каждую щеку, ладони лежат на предплечье партнера (Испания);
- простое рукопожатие и взгляд в глаза (Германия);
- мягкое рукопожатие обеими руками, касание только кончиками пальцев (Малайзия);
- потереться друг об друга носами (эскимосская традиция).

Игра «Встреча настроений»

Цель: Познание своих эмоций. Конгруэнтность эмоциональных состояний.

Описание: Педагог раскладывает две группы карточек с изображениями эмоций («пиктограммы») и просит детей представить, как встречаются разные эмоции: та, которая нравится, и та, которая неприятна. Педагог изображает «хорошую», а ребенок «плохую», затем меняются местами. Затем идет обсуждение, как можно эмоции помирить.

Далее можно детям предложить набор фотографий или иллюстраций с изображениями людей с разными настроениями. Ребенку нужно выбрать такое изображение, которому соответствует его сегодняшнее настроение, картинку с изображением мамы, папы, друга. В этой игре важно обсудить каждый выбор.

Игра «Тренируем эмоции»

Цель: обучение детей техникам ауторелаксации и саморегуляции.

Описание: Педагог предлагает детям выполнить следующие задания:

- нахмуриться, как осенняя тучка; рассерженный человек; злая волшебница;
- улыбнуться, как кот на солнышке; как само солнышко; как Буратино; как хитрая лиса; как радостный ребенок; как будто увидел чудо;
- позлиться, как ребенок, у которого отняли игрушку; как два барана на мосту, которые злятся и не уступают друг другу; как человек, которого толкнули в транспорте или на улице;
- испугаться, как ребенок, потерявшийся в лесу или на незнакомой улице; как заяц, увидевший волка; как котенок, на которого лает собака;
- устать, как папа после работы; как человек, поднявший тяжелый груз; как муравей, который тащил большую веточку;
- отдохнуть, как мама после работы; как ребенок, который много трудился, но помог маме; как лошадь, которая привезла большой груз.

Наблюдение за своим настроением в течение дня и недели, запись в дневник.



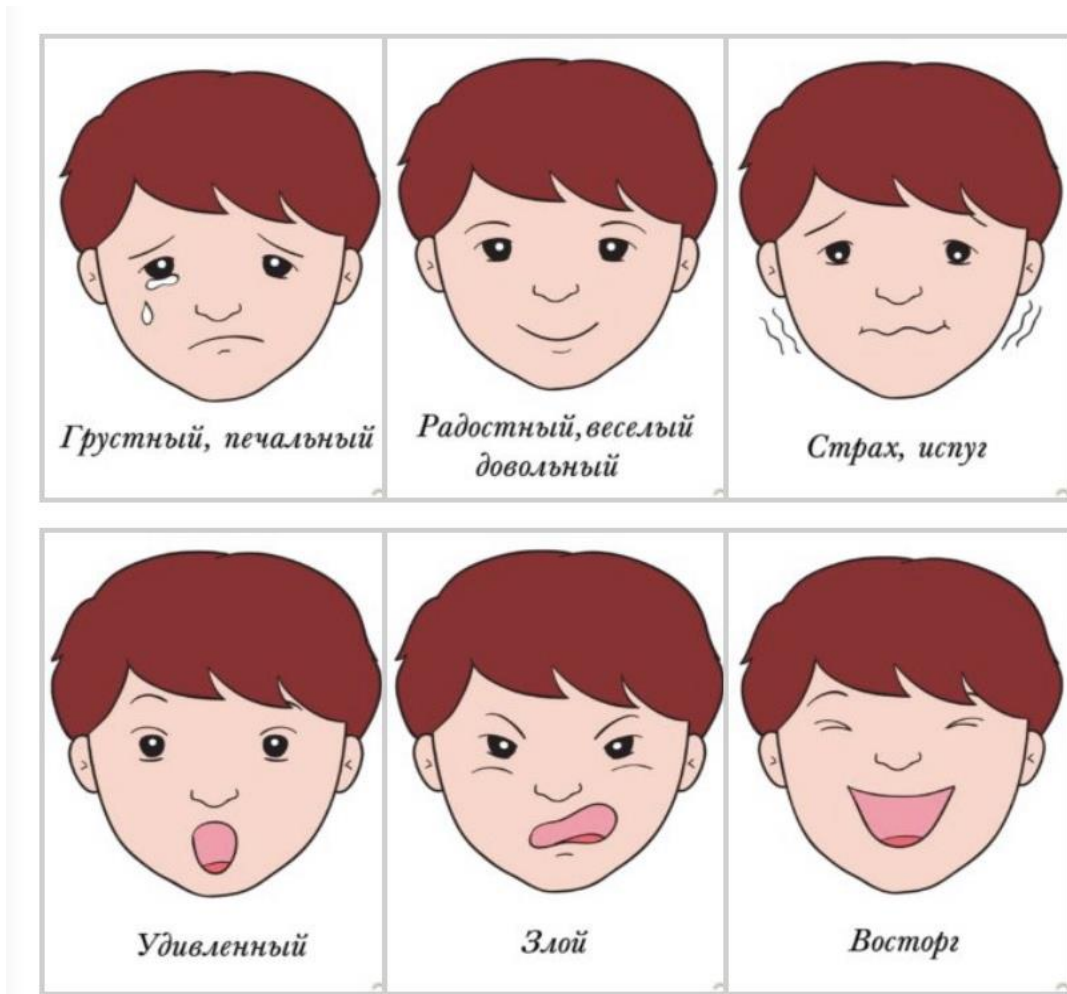
Список литературы

1. Данилина Т. А., Зедгенидзе В. Я., Степина Н. М. В мире детских эмоций. – 2006.
2. Изард К.Э. Психология эмоций. - СПб.: Питер, 1999. - 464 с.
3. Ли Д. Практика группового тренинга. – СПб., Питер, 2002 г.
4. Хрящева Н. Ю., Макшанов С. И., Сидоренко Е. В. Психогимнастика в тренинге. СПб //НЮ Хрящевой. СПб.: Речь. Институт Тренинга. – 2001. – Т. 256. – С. 0.

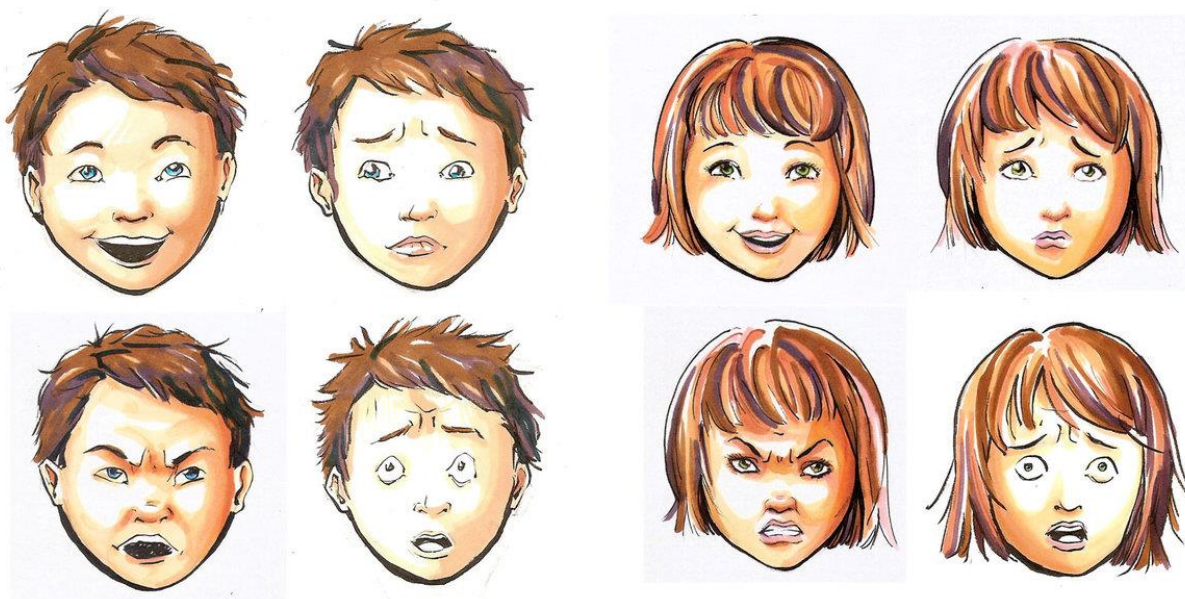
Приложения

Занятие 4. Карточки с различным эмоциональным состоянием.





Занятие 5. Карточки для упражнения «Придумки»



Занятие 6. Создание плейлиста эмоциональной поддержки.

Имя:

Дата:

Мой лучший плейлист эмоциональной поддержки

Каждый день мы переживаем различные положительные и отрицательные эмоции. Нормально испытывать все эти чувства, но мы также должны найти способы справляться с ними.

Заполните каждую графу названиями песен (и именами их исполнителей), которые, по вашему мнению, подходят для предоставленных описаний.

ДЛЯ РАЗВЛЕЧЕНИЯ

.....
песня, которая застревает в
моей голове

.....
песня, в которой я знаю все
слова

.....
песня из моего любимого
фильма или сериала

ДЛЯ ВОДУШЕВЛЕНИЯ

.....
песня, которую я связываю
со свободой

.....
песня, которая дает мне
энергию

.....
песня, под которую мне
нравится просыпаться

ДЛЯ ОТВЛЕЧЕНИЯ

.....
песня, которая дает мне
чувство безопасности

.....
песня, которая помогает мне
мыслить позитивно

.....
песня, которая вдохновляет меня

ДЛЯ РАЗРЯДКИ

.....
песня для времени, когда вы начинаете
беспокоиться и переживать

.....
песня для времени, когда вы начинаете
сердиться или раздражаться

.....
песня для времени, когда вы
чувствуете одиночество или страх

ДЛЯ СИЛЬНЫХ ЭМОЦИЙ

.....
песня, которая напоминает
вам о хорошем

.....
песня, которая заставляет вас
подумать о любимом человеке

.....
песня, которая напоминает
вам, что вы любимы

Занятие 7. Коробка радости

КОРОБКА РАДОСТИ



Занятие 8. Спиннер грусти.

СПИННЕР ГРУСТИ

Когда мне грустно, я могу...



Занятие 11. Заклинание от страха.



ЗАКЛИНАНИЕ ОТ СТРАХА



ДОЛГО-ДОЛГО В ПУХ И ПРАХ
ВСЁ КРУЩИЛ КОВАРНЫЙ СТРАХ.
НО ПРИРУЧЕН ЭТОТ ЗВЕРЬ,
МОЙ ПОМОЩНИК ОН ТЕПЕРЬ.
МНЕ ПОКАЖЕТ ВЕРНЫЙ ПУТЬ:
ЧТО РЕШИТЬ, КУДА ШАГНУТЬ.
СТРАХ—МОЙ ДРУГ. Я—СВОЙ ДРУГ.
ОТКРЫВАЙСЯ, МИР ВОКРУГ!



Занятие 12. Дневник эмоций.

Имя:

Дата:



Моя неделя эмоций

Наши эмоции могут быть разделены на четыре зоны: синяя, зеленая, желтая и красная. Мы всегда пытаемся оставаться или возвращаться в зеленую зону и избегать красной зоны. Заполните календарь ниже для обзора зон, через которые вы проходите на протяжении недели.

воскресенье Сегодня я испытывал: Чтобы оставаться в зеленой зоне, я пытался:	понедельник Сегодня я испытывал: Чтобы оставаться в зеленой зоне, я пытался:	вторник Сегодня я испытывал: Чтобы оставаться в зеленой зоне, я пытался:	среда Сегодня я испытывал: Чтобы оставаться в зеленой зоне, я пытался:
четверг Сегодня я испытывал: Чтобы оставаться в зеленой зоне, я пытался:	пятница Сегодня я испытывал: Чтобы оставаться в зеленой зоне, я пытался:	суббота Сегодня я испытывал: Чтобы оставаться в зеленой зоне, я пытался:	

зоны регуляции

Низкий уровень энергии и мотивации для участия

В целом внимательный с позитивными эмоциями

Чувствующий себя дискомфортно и испытывающий потребность в концентрации

Полон негативных эмоций и может отреагировать грубо