

РАЗВИТИЕ ЭМОЦИОНАЛЬНОГО ИНТЕЛЛЕКТА В МЛАДШЕМ ШКОЛЬНОМ ВОЗРАСТЕ ПОСРЕДСТВОМ ТАНЦЕВАЛЬНО-ДВИГАТЕЛЬНЫХ УПРАЖНЕНИЙ

Лебедева О. В., Матвеева Е. И.

В данной статье рассмотрены основные подходы к пониманию сущности понятия «эмоциональный интеллект» в зарубежной и отечественной психологии как феномена современного актуального научного исследования в психологии, заключающегося в разработке новых теоретико-экспериментальных подходов к его изучению и развитию. Проведено исследование по выявлению возможностей его формирования в период младшего школьного возраста как возрастного этапа, сензитивного к развитию эмоциональной сферы и осознанной регуляции своего поведения на основе деятельностного подхода. В статье отражены результаты апробации программы развития эмоционального интеллекта у младших школьников в условиях теоретико-практических и танцевально-двигательных занятий. Выявлено, что реализация данной психолого-педагогической программы способствует формированию у детей более высокого уровня распознавания, понимания, осознания, управления, идентификации эмоций.

Ключевые слова: эмоциональный интеллект, младший школьник, компоненты эмоционального интеллекта, методы развития эмоционального интеллекта, психогимнастика, танцевально-двигательные занятия.

DEVELOPMENT OF EMOTIONAL INTELLIGENCE IN PRIMARY SCHOOL AGE THROUGH DANCE AND MOVEMENT EXERCISES

Lebedeva O. V., Matveeva E. I.

This article discusses the main approaches to understanding the essence of the concept of "emotional intelligence" in foreign and domestic psychology as a phenomenon of modern actual scientific research in psychology, consisting in the development of new theoretical and experimental approaches to its study and development. A study was conducted to identify the possibilities of its formation during primary school age as an age stage sensitive to the development of the emotional sphere and conscious regulation of one's behavior based on an activity approach. The article reflects the results of the approbation of the program for the development of emotional intelligence in younger schoolchildren in the conditions of theoretical and practical and dance-motor classes. It is revealed that the implementation of this psychological and pedagogical program contributes to the formation of a higher level of recognition, understanding, awareness, management, identification of emotions in children.

Key words: emotional intelligence, junior high school student, components of emotional intelligence, methods of emotional intelligence development, psychogymnastics, dance and motor classes.

Введение

На протяжении второй половины XX века и по сегодняшний день интерес к проблеме взаимосвязи эмоций и интеллекта продолжает нарастать. Понимание сущности понятия «эмоциональный интеллект» постоянно видоизменяется в зависимости от подхода автора к рассмотрению сущности данного явления. В частности, в зарубежной психологической литературе эмоциональный интеллект рассматривается как модель способностей (Mayer and Salovey, 1997; Salovey, 2006); эмоционально-социальный интеллект (R. Bar-on, 1997, 2006); модель эмоциональных компетенций (Goleman 1998; 2001; Boyatzis, 2006). При этом эмоциональный интеллект Р. Бар-Он определяет как «все некогнитивные способности,

знания и компетентности, дающие человеку возможность успешно справляться с различными жизненными ситуациями» [9, С. 33]; П. Сэловей и Дж. Мейер как «способность отслеживать свои собственные эмоции и эмоции, чувства других людей, чтобы различать их и использовать эту информацию для руководства своим мышлением и действиями» [9, С. 33]; Д. Гоулман связывает исследуемое понятие со «способностью выработать для себя мотивацию и настойчиво стремиться к достижению цели, несмотря на провалы, сдерживать порывы, контролировать свои настроения и не давать страданиям лишить себя возможности думать, сопереживать и надеяться» [4, С. 74].

В отечественной психологии понятие эмоционального интеллекта анализировалось в рамках различных видов деятельности, обучения и воспитания. Впервые в отечественной научной терминологии данное понятие было использовано Г.Г. Гарсковой: «Это способность понимать отношения личности, представленные в эмоциях и управлять эмоциональной сферой на основе интеллектуального синтеза и анализа» [2, С. 25]. Д.В. Люсин дает определение эмоционального интеллекта как «способность к пониманию своих и чужих эмоций и управлению ими» [8, С. 30]. И.Н. Андреева пишет, что эмоциональный интеллект есть не что иное, как «совокупность ментальных способностей к идентификации, пониманию и управлению эмоциями» [1, С. 50]. Интерес к анализируемому феномену со стороны российских исследователей подтверждает наличие диссертаций по данной проблематике (Т.С. Киселева (2015), Е.С. Синельникова (2015), Е.В. Краснов (2018)).

Целью нашего исследования явилось выявление возможностей развития эмоционального интеллекта у младших школьников посредством танцевально-двигательных и теоретико-практических занятий.

В исследовании использовались различные подходы к пониманию сути и структуры эмоционального интеллекта в зарубежной (Р. Бар-Он, Д. Гоулман, Дж. Майер, П. Сэловей и др.) и отечественной (И.Н. Андреева, И.И. Ветрова, Д.В. Люсин, Е.А. Сергиенко и др.) психологии. Историко-философский подход был применен относительно изучения путей эволюции представлений о танце как о деятельности, философском и терапевтическом феномене ТДТ (Р. Лабан, Ф. Ницше, Г. Рот, М. Чейз и др.). Методологической основой исследования являются положения отечественной психологии об особенностях развития личности младшего школьника (Л.С. Выготского, В.В. Давыдова, В.С. Мухиной, С.Л. Рубинштейна, Д.Б. Эльконина и др.), также оценка его психофизиологического развития (Т.Э. Боровик, Т.В. Маргиева, Л.С. Намазова-Баранова, В.А. Скворцова, М.В. Ходжиева и др.).

Актуальность проблемы развития эмоционального интеллекта в детском возрасте заключается в сензитивности данного возрастного периода к целенаправленным психолого-педагогическим воздействиям с учетом возрастных особенностей (психофизиологических, индивидуально-типологических, психологических, в том числе сознания и самосознания); воздействиям в рамках деятельностного и личностно-ориентированного подходов. Среди методов развития эмоционального интеллекта у детей и подростков исследователи (Т.А. Геращенко, О.С. Ионина, О.В. Кобзева, Ю.В. Лазарева, Е.Г. Монахова, Г.Н. Небывайло, К.А. Оболенская, О.Е. Пасечник, А.И. Савенков, Т.Д. Савенкова, Н.А. Сердюкова, М.А. Строганова, О.Н. Угринчук и др.) выделяют: методы арт-терапии, в частности, музыкотерапию, танцевальную терапию, психогимнастику, изотерапию, сказкотерапию, песочную терапию; психоанализ; аутогенную тренировку; поведенческий тренинг. Психогимнастика является наиболее популярным и эффективным методом среди исследуемого возраста и как «невербальный метод групповой работы предполагает переживание эмоциональных состояний, проблем с помощью движений, мимики, пантомимики; позволяет проявлять себя и общаться без помощи слов» [6, С. 83].

Научная новизна исследования заключается в том, что проблема влияния теоретико-практических и танцевально-двигательных занятий на уровень эмоционального интеллекта у младших школьников как одна из форм работы практического психолога с данным феноменом является слабо изученной в психологии.

Материалы и методы

В качестве гипотезы исследования было выдвинуто предположение, что в условиях проведения экспериментальной психолого-педагогической программы с использованием танцевально-двигательных и теоретико-практических занятий у младших школьников повышается уровень эмоционального интеллекта.

На основании цели и гипотезы были поставлены следующие задачи исследования: провести теоретический анализ проблемы исследования; выявить особенности проведения танцевально-двигательных занятий и развития эмоционального интеллекта у младших школьников с учетом их психофизиологических особенностей; подобрать и апробировать комплекс методик для изучения уровня развития эмоционального интеллекта у младших школьников; разработать и апробировать программу психолого-педагогического воздействия, направленную на развитие уровня эмоционального интеллекта у младших школьников посредством проведения танцевально-двигательных и теоретически-практических занятий; проанализировать эффективность проведенной работы.

Мы использовали различные методы исследования: изучение научной литературы по педагогике, психологии, методикам и педагогическим технологиям обучения; эксперимент (констатирующий, формирующий, контрольный), тестирование, моделирование развивающей программы, количественный и качественный анализ полученных результатов; графические методы построения опорных схем и моделей логико-смысловой переработки информации, обобщение полученных количественных данных, выявление закономерностей (критерий Стьюдента).

В исследовании принимало участие 73 ребенка, обучающиеся четвертых классов общеобразовательной школы в возрасте 9-10 лет.

Результаты исследования

С самого начала создания программы констатирующего эксперимента было трудно найти методику диагностики эмоционального интеллекта у младших школьников. Можно смело сказать, что такой методики не существует. Становится понятно, что методики для исследования эмоционального интеллекта необходимо подбирать в соответствии с содержанием данного термина. Основываясь на определениях П. Саловой, Дж. Майера, Д. Гоулмана, мы выделили следующие компоненты в понятии эмоциональный интеллект (ЭИ), которые в дальнейшем исследовали: способность к пониманию, осознанию, идентификации и управлению своими эмоциями. Для реализации поставленной цели использовались: методика «Словарь эмоций» (Е.С. Иванова), направленная на сопоставление активного эмоционального словарного запаса ребенка с учетом его возраста; методика «Эмоциональный интеллект» (С. Шабанов и А. Алешина), нацеленная на выявление способности к осознанию и управлению своими эмоциями в жизненных ситуациях; методика «Эмоциональные лица» (Н.Я. Семаго), направленная на выявление возможности адекватного опознания ребенком эмоционального состояния, точность и качество этого опознания, уровень дифференцирования эмоциональных проявлений и адекватность владения соответствующим словарем.

В ходе проведенного диагностического исследования, направленного на изучение эмоционального интеллекта у детей младшего школьного возраста, было установлено, что половина исследуемой группы младших школьников имеет средний уровень развития эмоционального интеллекта по изучаемым компонентам. По параллели 4-х классов можно сделать вывод о том, что в целом уровень развития эмоционального интеллекта является нормированным, однако около 20% учащихся имеют низкие результаты способности к пониманию, осознанию, идентификации и управлению своими эмоциями. Следовательно, необходимо было обратить внимание на учащихся, которые имеют средний и низкий

уровень, а именно, составить программу для развития эмоционального интеллекта в рамках младшего школьного возраста, апробировать ее и проанализировать результативность.

Для данной группы (экспериментальной) была создана и апробирована программа по развитию эмоционального интеллекта «Я чувствую!», в которой решались следующие задачи: формирование у учащихся понятия «эмоциональный интеллект», поиск и овладение способами контроля над эмоциями, формирование умения отличать свои эмоции и эмоций других, формирования навыков самопознания, воспитание у учащихся эмоционально-целостного отношения к человеку.

Программа включала в себя 23 занятия по 40 минут каждое при условии проведения двух занятий в неделю в течение трех месяцев. Небольшая теоретическая и полноценная практическая часть вызывала большой интерес у детей. Наличие игр, творческих заданий и танцевальных мастер классов способствовало развитию положительной атмосферы в ходе реализации программы. Возможность отслеживать собственные успехи в дневнике эмоций и иметь итоговый результат мотивировало детей усердно заниматься. В процессе апробации программы были выявлены минусы, которые будут учтены в дальнейшей работе. В ходе анализа результативности проведенной программы мы смогли выявить положительную динамику развития ЭИ в экспериментальной группе и незначительное падение общего уровня развития ЭИ в контрольной группе.

Сравним результаты выделенных компонентов эмоционального интеллекта по всем методикам в экспериментальной и контрольной группах до и после формирующего эксперимента. Результаты исследования представлены в гистограммах (Рис. 1, 2).

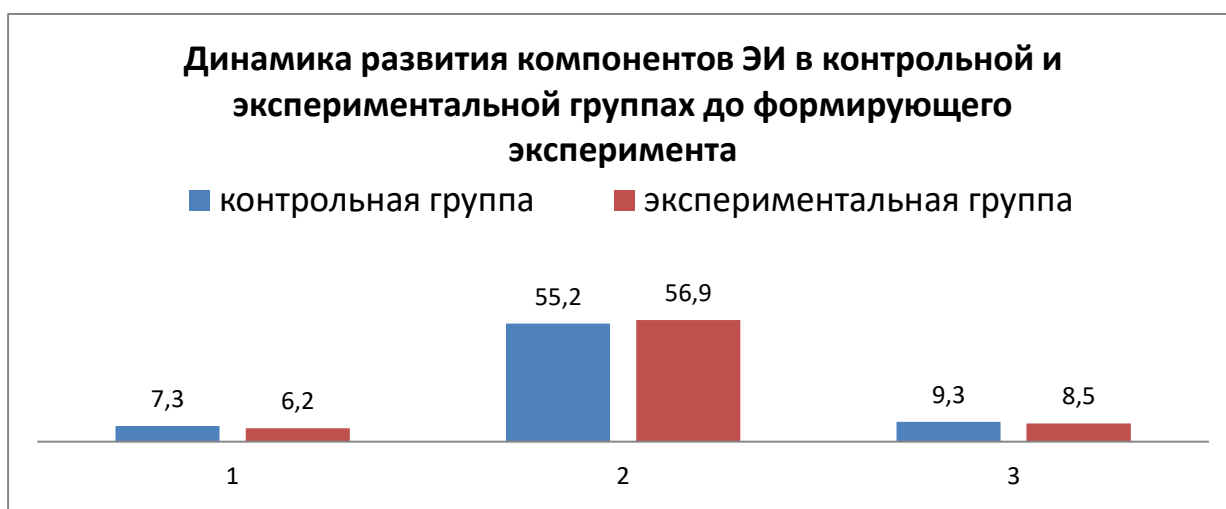


Рисунок 1 - ДИНАМИКА РАЗВИТИЯ КОМПОНЕНТОВ ЭИ В КОНТРОЛЬНОЙ И ЭКСПЕРИМЕНТАЛЬНОЙ ГРУППАХ ДО ФОРМИРУЮЩЕГО ЭКСПЕРИМЕНТА

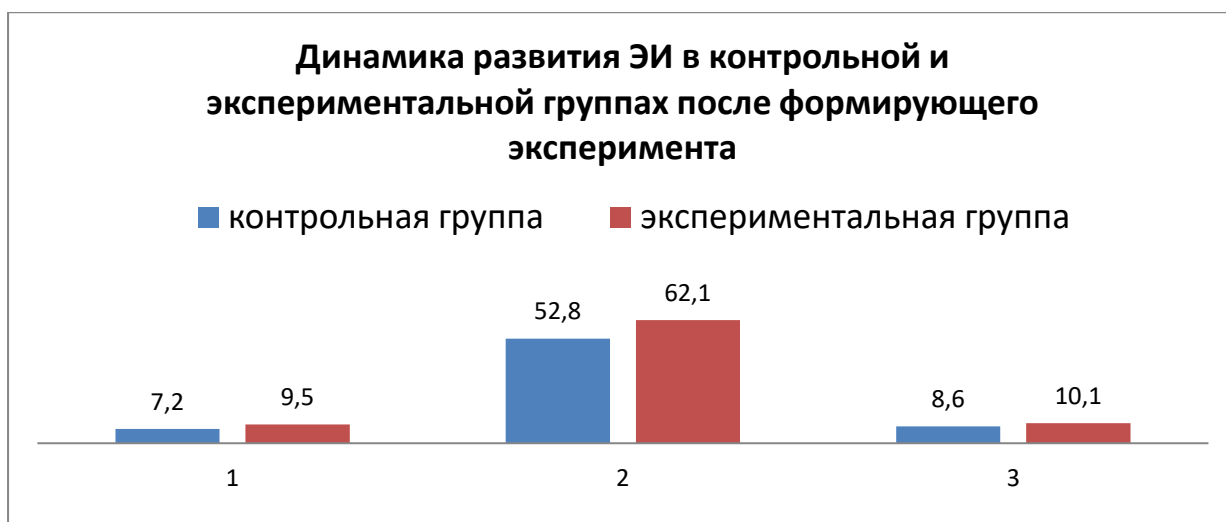


Рисунок 2 - ДИНАМИКА РАЗВИТИЯ ЭИ В КОНТРОЛЬНОЙ И ЭКСПЕРИМЕНТАЛЬНОЙ ГРУППАХ ПОСЛЕ ФОРМИРУЮЩЕГО ЭКСПЕРИМЕНТА

В экспериментальной группе, которая занималась в рамках программы «Я чувствую!» участвовало 17 человек, контрольная группа включала себя остальных учащихся параллели 4х классов и составила 56 человек. Сравнивая средние значения обеих групп после прохождения программы, можно отметить, что во всех методиках значения в экспериментальной группе выше, следовательно, уровень эмоционального интеллекта после прохождения формирующего эксперимента у экспериментальной группы увеличился (Табл. 1).

Таблица 1 – СРАВНИТЕЛЬНЫЙ АНАЛИЗ ПОЛУЧЕННЫХ ДАННЫХ

параметры		t-Критерий Стьюдента			Уровень значимости
		1 методика	2 методика	3 методика	
конст. и	эксп. гр.	4,7	3,0	4,1	$p \leq 0.01$
контр. эксп.	контр. гр.	2,7	2,7	2,9	$p \leq 0.01$
эксп. и	конст. эксп.	2,6	2,3	2,4	$p \leq 0.05$
контр. гр.	контр. эксп.	2,7	3,1	3,3	$p \leq 0.01$

Итак, в ходе анализа результативности проведенной работы мы выявили положительную динамику развития компонентов эмоционального интеллекта в экспериментальной группе и незначительное падение в контрольной группе. Математические расчеты при помощи t-критерия Стьюдента показали, что эмпирические значения находятся в зоне значимости. Следовательно, результаты экспериментальной работы являются достоверными и свидетельствуют об эффективности внедрения программы по развитию эмоционального интеллекта у младших школьников.

Обсуждение и заключение

Таким образом, эмоциональный интеллект трактуется как сложный феномен, который описывает и предугадывает реакции человека в эмоциональной ситуации и является эффективным способом для рассмотрения эмоциональной сферы личности. Его основными и исследуемыми нами компонентами являются: понимание, управление своими эмоциями, осознание и идентификация эмоций других. Для развития эмоционального интеллекта у младших школьников помимо теоретически-практических занятий необходимо использовать танцевально-двигательные занятия. Занятия с использованием данных методов формируют эмоционально-образный и художественный тип мышления, также развивают умение управлять эмоциями, способствуют увеличению уровня координации и нейронных связей, помогают избавляться от зажимов и стресса. Теоретико-практические и танцевально-двигательные занятия в совокупности повышают уровень развития эмоционального интеллекта у младших школьников.

Список использованных источников

1. Андреева И.Н. Эмоциональный интеллект как феномен современной психологии / И.Н. Андреева. Новополюк: ПГУ, 2011. 388 с.
2. Гарскова Г.Г. Введение понятия «эмоциональный интеллект» в психологическую теорию / Г.Г. Гарскова // Ананьевские чтения: тезисы науч.-практ. конф.; редкол. А.А. Крылов. СПб.: Изд-во Санкт-Петербур. ун-та, 1999. С. 25 - 26.
3. Геращенко Т.А. Развитие эмоционального интеллекта у младших школьников / Т.А. Геращенко // Педагогика и психология как основа развития современного общества: сб. науч. тр. 2019. С. 39-42.
4. Гоулман Д. Эмоциональный интеллект. Почему он может значить больше, чем IQ / Д. Гоулман; пер. с англ. А.П. Исаевой. 9-е изд. М.: Манн, Иванов и Фербер, 2020. 544 с.
5. Ионина О.С. Танцевально-двигательная терапия как средство формирования положительного образа-Я подростка / О.С. Ионина // Вестник Костромского государственного университета. Серия: Педагогика. Психология. Социокинетика. 2017. №1. URL: <https://cyberleninka.ru/article/n/tantsevalno-dvigatel'naya-terapiya-kak-sredstvo-formirovaniya-polozhitelnogo-obraza-ya-podrostka> (дата обращения: 03.04.2022).
6. Карвасарский Б.Д. Психотерапия / Б.Д. Карвасарский. Санкт-Петербург: Питер, 2016. 672 с.
7. Лучинина А.О., Калябина А.Р. Особенности развития эмоционального интеллекта младших подростков / А.О. Лучинина, А.Р. Калябина // Мир педагогики и психологии: международный научно-практический журнал. 2020. № 5 (46).

8. Люсин Д.В. Современные представления об эмоциональном интеллекте / Социальный интеллект: теория, измерение, исследования / Под ред. Д.В. Люсина, Д.В. Ушакова. М.: Изд-во Института психологии РАН, 2004. С. 29-36.
9. Оболенская К.А. Танцевально-двигательная терапия для детей младшего школьного возраста: методическое пособие для руководителей хореографических любительских коллективов / К.А. Оболенская. Ростов-на-Дону: МБОУ «Лицей № 50 при ДГТУ», 2020. 53 с.
10. Савенков А.И. Эмоциональный и социальный интеллект как предикторы жизненного успеха // Вестник практической психологии образования. 2006. №1(6). С. 30-38.
11. Савенкова Т.Д., Пархимович З.В. Развитие эмоционального интеллекта ребенка средствами игровой и художественной деятельности / Т.Д. Савенкова, З.В. Пархимович // Известия института педагогики и психологии образования. 2018. № 1. С. 100-113.
12. Сердюкова Н.А. О даре эмоционального интеллекта / Н.А. Сердюкова // Начальная школа. 2018. № 5. С. 74-76.

References

1. 1. Andreeva I. N. Emocional'nyj intellekt kak fenomen sovremennoj psihologii [Emotional intelligence as a phenomenon of modern psychology]. Novopolotsk: PGU Publ., 2011. 388 p. (In Russian)
2. Garskova G. G. Vvedenie ponyatiya «emocional'nyj intellekt» v psihologicheskuyu teoriyu [Introduction of the concept of "emotional intelligence" into psychological theory] // Anan'evskie chteniya [Ananiev readings]. Theses of nauch.-prakt. conf.; editorial board A. A. Krylov. Saint-Petersburg: Izd-vo Sankt-Peterb. un-ta, 1999. pp. 25-26. (In Russian)
3. Gerashchenko T. A. Razvitie emocional'nogo intellekta u mladshih shkol'nikov [Development of emotional intelligence in younger schoolchildren] // Pedagogika i psihologiya kak osnova razvitiya sovremennogo obshchestva [Pedagogy and psychology as the basis for the development of modern society]. Collection of scientific tr. 2019. pp. 39-42. (In Russian)
4. Goleman D. Emocional'nyj intellekt. Pochemu on mozhet znachit' bol'she, chem IQ [Emotional intelligence. Why it can mean more than IQ]. Translated from the English by A. P. Isaeva. 9th ed. Moscow: Mann, Ivanov i Ferber Publ., 2020. 544 p. (In Russian)
5. Ionina O. S. Tanceval'no-dvigatel'naya terapiya kak sredstvo formirovaniya polozhitel'nogo obraza-YA podrostka [Dance and movement therapy as a means of forming a positive image of a teenager] // Vestnik Kostromskogo gosudarstvennogo universiteta. Seriya: Pedagogika. Psihologiya. Sociokinetika. 2017. no. 1. URL: <https://cyberleninka.ru/article/n/tantsevalno->

[dvigatel'naya-terapiya-kak-sredstvo-formirovaniya-polozhitelnogo-obraza-ya-podrostka](#)

(accessed: 04.03.2022). (In Russian)

6. Karvasarsky B. D. Psihoterapiya [Psychotherapy]. Saint-Petersburg: Piter Publ., 2016. 672 p. (In Russian)
7. Luchinina A. O., Kalyabina A. R. Osobennosti razvitiya emocional'nogo intellekta mladshih podrostkov [Features of the development of emotional intelligence of younger adolescents] // Mir pedagogiki i psihologii: mezhdunarodnyj nauchno-prakticheskij zhurnal. 2020. № 5 (46). (In Russian)
8. Lyusin D. V. Sovremennye predstavleniya ob emocional'nom intellekte [Modern ideas about emotional intelligence] // Social'nyj intellekt: teoriya, izmerenie, issledovaniya [Social intelligence: theory, measurement, research]. Edited by D. V. Lyusin, D. V. Ushakov. Moscow: Izd-vo Instituta psihologii RAN, 2004. pp. 29-36. (In Russian)
9. Obolenskaya K. A. Tanceval'no-dvigatel'naya terapiya dlya detej mladshego shkol'nogo vozrasta: metodicheskoe posobie dlya rukovoditelej horeograficheskikh lyubitel'skih kollektivov [Dance and movement therapy for children of primary school age: a methodological guide for the leaders of amateur choreographic groups]. Rostov-on-Don: MBOU «Licej № 50 pri DGTU» Publ., 2020. 53 p. (In Russian)
10. Savenkov A. I. Emocional'nyj i social'nyj intellekt kak prediktory zhiznennogo uspekha [Emotional and social intelligence as predictors of life success] // Vestnik prakticheskoy psihologii obrazovaniya. 2006. No. 1(6). pp. 30-38. (In Russian)
11. Savenkova T. D., Parkhimovich Z. V. Razvitie emocional'nogo intellekta rebenka sredstvami igrovoj i hudozhestvennoj deyatel'nosti [Development of a child's emotional intelligence by means of play and artistic activity] // Izvestiya instituta pedagogiki i psihologii obrazovaniya. 2018. No. 1. pp. 100-113. (In Russian)
12. Serdyukova N. A. O dare emocional'nogo intellekta [About the gift of emotional intelligence] // Nachal'naya shkola. 2018. No. 5. pp. 74-76. (In Russian)

Лебедева Оксана Валерьевна, доктор психологических наук, доцент; профессор кафедры практической психологии, Нижегородский государственный педагогический университет имени Козьмы Минина (Мининский университет), Нижний Новгород, Российская Федерация, тел. 8 9056612643, e-mail: lebedeva-oksana.nn@yandex.ru

Матвеева Елизавета Игоревна, магистрант факультета психологии и педагогики, Нижегородский государственный педагогический университет имени Козьмы Минина (Мининский университет), Нижний Новгород, Российская Федерация, e-mail: matveeva.eliza@yandex.ru

Lebedeva Oksana Valerievna, Doctor of Psychology, associate professor; professor of the Department of Practical Psychology, Nizhny Novgorod State Pedagogical University named after Kozma Minin (Minin University), Nizhny Novgorod, Russian Federation, telephone 89056612643, e-mail: lebedeva-oksana.nn@yandex.ru

Matveeva Elizaveta Igorevna, student of the faculty of psychology and pedagogy, Nizhny Novgorod State Pedagogical University named after Kozma Minin (Minin University), Nizhny Novgorod, Russian Federation, e-mail: matveeva.eliza@yandex.ru

19.00.07 Педагогическая психология