

УДК 37.03

***ПОДХОДЫ К ИЗУЧЕНИЮ ФОРМИРОВАНИЯ ЭМОЦИОНАЛЬНОГО
ИНТЕЛЛЕКТА ДЕТЕЙ МЛАДШЕГО ШКОЛЬНОГО ВОЗРАСТА В
ЗАРУБЕЖНЫХ И ОТЕЧЕСТВЕННЫХ ИССЛЕДОВАНИЯХ***

Румянцева Е.А.¹

магистрант,

*Калужский государственный университет им. К.Э. Циолковского,
Калуга, Россия*

Аннотация: в данной статье осуществлен анализ проблемы изучения эмоционального интеллекта детей младшего школьного возраста в зарубежной и отечественной науке. Сделан экскурс в историю изучения проблемы эмоционального интеллекта. Автором уточнена сущность эмоционального интеллекта, раскрыто его содержание, описаны наиболее известные определения. Представлены особенности и структура развития эмоционального интеллекта детей младшего школьного возраста.

Ключевые слова: эмоциональный интеллект, дети младшего школьного возраста, формирование, подходы, зарубежные исследования, отечественные исследования.

***APPROACHES TO STUDYING THE FORMATION OF EMOTIONAL
INTELLIGENCE OF CHILDREN OF PRIMARY SCHOOL AGE IN
FOREIGN AND DOMESTIC RESEARCH***

Rumyantseva E.A.²

Master's student,

*Kaluga State University named after. K.E. Tsiolkovsky,
Kaluga, Russia*

¹Научный руководитель – Нечаева О.А., доцент кафедры педагогики, заместитель директора института педагогики КГУ им. К.Э. Циолковского, кандидат педагогических наук, Калуга, Россия.

²*Scientific supervisor – Nechaeva O.A., Associate Professor of the Department of Pedagogy, Deputy Director of the Institute of Pedagogy of KSU named after. K.E. Tsiolkovsky, candidate of pedagogical sciences, Kaluga, Russia.*

Annotation: this article analyzes the problem of studying the emotional intelligence of children of primary school age in foreign and domestic science. An excursion into the history of studying the problem of emotional intelligence is made. The author clarifies the essence of emotional intelligence, reveals its content, and describes the most well-known definitions. The features and structure of the development of emotional intelligence in children of primary school age are presented.

Keywords: emotional intelligence, children of primary school age, formation, approaches, foreign research, domestic research.

Изучение эмоций является актуальной темой для научных исследований разных областей. С использованием как отечественных, так и зарубежных исследований, были проанализированы аспекты эмоциональной сферы личности. Подробнее рассмотрим понятие «эмоциональный интеллект» и его составляющие.

Многие исследователи прошлого и настоящего времени, в числе которых Л.С. Выготский, И.Н. Мещерякова, П. Сэловей, Дж. Майер, Д. Гоулман и Р. Торндайк, занимались проблемой развития эмоционального интеллекта детей младшего школьного возраста. Отдельно стоит рассмотреть подходы представленных авторов в определении феномена эмоционального интеллекта.

Понятие «эмоциональный интеллект» было введено в научный оборот Питером Сэловеем и Джоном Майером в 1990-х годах. Их исследования и теории об эмоциональном интеллекте были подробно описаны в книге Питера Сэловея, которая вышла в 1995 году. С тех пор понятие эмоционального

интеллекта широко используется как в научной литературе, так и в общественном дискурсе [5].

Эмоциональный интеллект представляет собой способность человека не только понимать свои собственные эмоции, но и управлять ими, а также эмоциями других людей. Согласно Питеру Сэловею, феномен эмоционального интеллекта состоит в совокупности навыков, связанных с управлением эмоциями и социальной компетентностью.

Существует несколько ключевых компонентов эмоционального интеллекта: способность распознавать свои и чужие эмоции, управлять своими эмоциями, мотивация и социальные навыки. Умение верно интерпретировать эмоциональные состояния других людей и правильно реагировать на них, умение регулировать свои эмоции и поведение в зависимости от ситуации, умение работать в команде, устанавливать эмоциональный контакт, строить отношения и многое другое - все это свойства эмоционального интеллекта. Важно понимать, что уровень эмоционального интеллекта не является постоянным и может быть развит за счет тренировки и практики.

Дж. Майер, в свою очередь, выделил пять этапов становления эмоционального интеллект как процесс:

1) 1800 – 1969 – исследователи изучали эмоции и интеллект отдельно друг от друга, не считая возможным их предметную взаимосвязь. При этом особое внимание уделялось изучению уровня социального интеллекта.

2) 1960-1989 - специалисты отметили наличие определенной взаимосвязи между когнитивными и эмоциональными сферами.

3) 1992-1993 - понятие «эмоциональный интеллект» стало предметом исследования в психологии.

4) 1993 - 1997 – проводились исследования, посвященные эмоциональному интеллекту как отдельному явлению, а также в контексте других аспектов личности.

С 1998 года началась эпоха актуализации имеющихся знаний по данной проблеме, их усовершенствование.

Начиная с 1998 года, была запущена эра развития знаний в области эмоционального интеллекта. В то же время, ученый Р.В. Липпер предложил новую концепцию, согласно которой, эмоции способны влиять на поведение человека, а эмоциональное мышление может быть полезно для развития логического мышления. Даниэль Гоулман объясняет термин «эмоциональный интеллект» как способность управлять своими эмоциями и понимать чувства других, для того, чтобы мотивировать окружающих [7].

В современном обществе, изучение проблемы эмоционального интеллекта является особенно важным, так как люди сталкиваются с растущим конкурентным давлением во многих сферах жизни, и стремятся достичь успеха. Питер Сэловей утверждает, что наиболее успешные люди обладают уравновешенным сочетанием эмоций и рационального мышления. Люди, у которых развит эмоциональный интеллект, более эффективны в управлении другими людьми и способны принимать быстрые и эффективные решения, что делает их востребованными на должностях руководителей.

Исследования же эмоционального интеллекта отечественные ученые стали вести лишь с конца XX в.

В отечественной психологии достаточно сложно найти четкое определение понятия «эмоциональный интеллект». По мнению российского психолога Владимира Манойлова, эмоциональный интеллект состоит из трех компонентов: социальной компетентности, эмоциональной компетентности и эмпатии [6].

Социальная компетентность означает умение находить общий язык с другими людьми, мотивировать их и вести за собой, приспосабливаться к их потребностям и вести эффективный диалог. Эмоциональная компетентность - это умение распознавать, оценивать и регулировать свои и чужие эмоции, умение выражать их адекватно и не допускать, чтобы эмоции негативно влияли на принятие решений и поведение. Эмпатия - это способность понимать других людей, их точку зрения и чувства, испытывать у себя желание им помочь и проявлять заботу.

Важно отметить, что эмоциональный интеллект является важным показателем успешности не только в личной жизни, но и в карьере. Высокий уровень эмоционального интеллекта позволяет человеку лучше понимать и управлять своим поведением и эмоциями, а также успешно работать в команде, устанавливать контакт с людьми.

Большой вклад в развитие понятия «эмоциональный интеллект», внесли Л.С. Выготский, А.Н. Леонтьев и С.Л. Рубинштейн.

Единство аффективных и интеллектуальных процессов было подчеркнуто Л.С. Выготским, который отметил, что отделение между интеллектом и аффектом сознания является главным недостатком традиционной психологии. Он писал: «В то же время идея неизбежно превратится в автономный поток мыслей, раздираемый полнотой жизни...» [4].

Л.С. Выготский говорил о том, что единство мышления и аффекта проявляется на всех этапах развития, и можно наблюдать, что каждому этапу развития мышления соответствует определенная стадия развития эмоций. Таким образом, можно отметить динамику этого процесса [4].

Д.Б. Эльконин не соглашался с взглядами Л.С. Выготского. Он убеждён, что при учете развития ребенка существенным недостатком является разрыв между психическими и личностными процессами.

С.Л. Рубинштейн определял эмоциональность, как «специфический процесс, который является когнитивным процессом и отражает реальность» [4].

Следовательно, эмоциональные процессы не являются противоположными внешними факторам когнитивных процессов. Человеческие эмоции включают не только эмоциональный, но и интеллектуальный компонент, подобно тому, как когнитивные процессы тоже состоят из интеллектуального и эмоционального компонентов.

М.С. Абрамова определяет эмоциональный интеллект как способность человека распознавать и управлять своими эмоциями, а также эмоциями других людей. Она подчеркивает, что эмоциональный интеллект имеет двуединую природу [1].

Автором М.С. Абрамовой дается характеристика аспектов структуры эмоционального интеллекта. Первый аспект – внутриличностный. Он включает:

- осознание человеком собственных чувств;
- уверенность в собственных силах;
- адекватность самооценки;
- самоконтроль;
- качества толерантности;
- деятельностный аспект.

Второй аспект – межличностный, он включает:

- проявление уважительного отношения к другим людям;

- умение сопереживать;
- умение работать в команде;
- оценка и прогнозирование отношений в коллективе [1].

Д.В. Люсин, русский ученый, исследовал эмоциональный интеллект как набор умений и навыков, необходимых для понимания и управления эмоциями людей вокруг нас. Способность понимать эмоции включает распознавание идентификации собственных эмоциональных состояний и эмоций других людей, нахождение слов для определения эмоций, понимание причин и последствий проявления определенных эмоций.

«Способность понимать эмоции означает, что человек может:

- идентифицировать эмоции: распознавать собственные эмоциональные состояния или эмоциональные состояния других людей;
- определение эмоций: поиск словесных выражений для определения эмоций, которые испытывает индивид;
- осознание причин, которые вызвали те или иные эмоции;
- осознание последствий, которые происходят после проявления определённых эмоций» [7].

Умение управлять собственными эмоциями включает несколько факторов:

- умение контролировать собственные эмоции в ситуациях сильного эмоционального потрясения;
- уместность проявления эмоций в той или иной ситуации;
- произвольность возникших эмоциональных состояний».

Д.В. Люсин в своих работах, указывал, что возможность осознавать и регулировать эмоциональные состояния взаимосвязаны с общим направлением на эмоциональную сферу, то есть проявляется интерес к:

- внутреннему миру людей;
- проявляется анализ поведения;
- идеализируются ценности;
- распознаются эмоциональные переживания [7].

И.Н. Мещерякова определяет эмоциональный интеллект как сложное групповое образование, которое включает в себя эмоциональные, поведенческие и когнитивные аспекты [10].

Таким образом, эмоциональный интеллект – это комплексное понятие, объединяющее черты личности и когнитивные способности человека. Он формируется на протяжении всей жизни под влиянием различных условий, которые определяют индивидуальные особенности человека и уровень его эмоционального интеллекта.

В тоже время эмоциональный интеллект младших школьников, имеет определённые особенности и структуру. Из особенностей формирования эмоционального интеллекта можно выделить следующие:

- дети непосредственны и откровенны;
- оптимистичны и позитивны;
- легко эмоционально отзываются на события;
- чувствуют страх в учёбе из-за нового опыта и низких оценок;
- резко меняют эмоциональный настрой;
- незрело определяют свои и чужие чувства и эмоции.

И.Н. Мещеряковой определены факторы, влияющие на развитие эмоционального интеллекта в младшем школьном возрасте. Остановимся на их рассмотрении [10].

Первый фактор, влияющий на эмоциональный интеллект учащихся начальной школы, связан с когнитивными способностями личности, которые воздействуют на то, насколько эффективно дети обрабатывают эмоциональную информацию.

Второй фактор связан с отношением личности к эмоциям как собственным, так и других людей. Человеку важно ценить эмоции, так как через них открывается внутренний мир собеседника.

Третий фактор связан с эмоциональными особенностями человека, такими как эмоциональная устойчивость, эмотивность, впечатлительность.

Развитие эмоционального интеллекта является ключевым фактором для развития как личностных, так и профессиональных качеств индивида. Эмоции играют важную роль во всех сферах жизни и непосредственно влияют на нашу деятельность. Поэтому важно иметь высокий уровень эмоционального интеллекта, который включает понимание разнообразных эмоций, умение контролировать их и умение применять нравственные ориентиры. Хотя эмоциональный интеллект может изменяться в течение жизни, его фундамент заложен в раннем школьном возрасте.

В.С. Мухина отмечает: «физиологические трансформации вызывают значительные изменения в психической жизни ребенка. В центре психического развития предстаёт формирование произвольности, планирование выполнения программ действий и реализация контроля. Происходит формирование высших психических функций, улучшение познавательных процессов, что позволяет ребенку младшего школьного возраста совершать уже более сложные мыслительные операции» [2].

Авторы Г.В. Цукерман и М.И. Венгер отмечают: «...при подходящих условиях обучения и достаточном уровне интеллектуального развития на этой основе появляются предпосылки к развитию теоретического мышления и сознания. Именно в этом возрасте ребенок впервые начинает осознавать отношения между ним и окружающими, разбираться в общественных мотивах поведения, нравственных оценках, значимости конфликтных ситуаций, то есть постоянно ребенок вступает в фазу формирования личности» [1].

Семейные отношения - еще один важный фактор в развитии эмоционального интеллекта. Семья - это место, где закладываются основные и доминирующие формы эмоциональных состояний. Будь то положительные или отрицательные эмоции, семья является источником эмоций. Это оказывает неизгладимое влияние на развитие эмоционального интеллекта.

П. Сэловей выделил два элемента в формировании эмоционального интеллекта: межличностная компетентность (способность понимать и управлять собственными эмоциями) и межличностная компетентность (способность понимать эмоции других людей).

Разберем подробно структуру эмоционального интеллекта, предложенную одним из основателей изучения данного вопроса Д. Гоулманом.

При анализе его теории, мы можем отметить, что в структуру эмоционального интеллекта входят некоторые способности:

- Самосознание.
- Саморегуляция,
- Социальная чуткость.
- Социальные навыки.

Рассмотрим каждый компонент этой структуры и выясним роль эмоционального интеллекта в жизни человека.

1. Самосознание – умение осознавать свои эмоции, нужды, ценности и свои сильные и слабые стороны. Самосознание помогает человеку лучше понимать себя и свои эмоции, что позволяет ему принимать более осознанные решения.

2. Саморегуляция (Self-regulation) – способность управлять своими эмоциями и поведением в трудных ситуациях, сохранять спокойствие и контролировать свои действия. Саморегуляция позволяет человеку не поддаваться на характеристические для него эмоциональные вспышки и не дать им негативному влиянию на работу и отношения с окружающими.

3. Социальная чуткость – умение понимать эмоции и потребности других людей и взаимодействовать с ними на уровне эмоций. Эмпатия помогает улучшить отношения с окружающими людьми и создать более полезные социальные связи.

4. Социальные навыки – способность эффективно коммуницировать и взаимодействовать с другими людьми, устанавливать партнерские отношения и решать конфликты. Социальные навыки позволяют успешно исполнять роль лидера и вести наставничество.

Модель Д. Гоулмана является интегральным подходом к описанию способностей, которые являются ключевой составляющей эмоционального интеллекта. Каждый из компонентов влияет на другой, и успешное развитие каждой составляющей необходимо для достижения максимального уровня эмоционального интеллекта [7].

В ходе практического исследования, проведенного П. Сэловеем и Дж. Мэйром, были выявлены четыре основных компонента эмоционального

интеллекта, которые подвержены изменениям в процессе развития личности. Рассмотрим каждый из этих компонентов подробнее.

Первый компонент эмоционального интеллекта - умение распознавать свои собственные эмоции. Этот процесс превращает восприятия внешних факторов во внутренние переживания, формируя при этом опыт эмоциональных переживаний как положительных, так и отрицательных. Этот компонент помогает улучшить коммуникативные и межличностные связи.

Способность управлять своими эмоциями является вторым компонентом личности, который в большей степени влияет на межличностные отношения. Контроль собственных эмоций является важным, так как отсутствие этого может привести к трудностям в межличностном общении и стать причиной замкнутости, тревожности и агрессивности. Человек, обладающий умением контролировать свои эмоции, способен регулировать время своих переживаний.

Чтобы успешно справляться с проблемами, связанными с эмоциональными переживаниями, человеку необходимо быть честным с самим собой и понимать, что он действительно чувствует в данный момент. Гибкость в регулировании собственных эмоций также позволит человеку успешно справляться с проблемами, связанными с эмоциональным переживанием.

Исследователь Я. Рейковский определил возможные причины у затруднении в выражении личных эмоций. Это могут быть: чувство страха при выражении своих эмоций, страх потери самоконтроля и саморегуляции в ситуациях повышенной эмоциональной готовности, а также адаптация к социальным нормам в определенных ситуациях в зависимости от образования.

При анализе эмоционального восприятия окружающей среды, важным критерием является способность человека понимать эмоции других людей.

Уровень развития эмпатии и сознательное восприятие эмоций играют важную роль в этом процессе.

Особое внимание уделяет этой теме К. Роджерс, который выделяет особенности эмпатического общения. Это включает повышенную чувствительность к переживаниям партнера по общению. Человеку необходимо понимать эмоциональное состояние собеседника, чтобы дать адекватную эмоциональную реакцию на проблему, не нарушая при этом этических норм.

Таким образом, для эффективного взаимодействия и наилучшего понимания других людей необходимо обладать высокой эмпатией и умением четко воспринимать эмоции в общении. Это позволит сформировать глубокое понимание других и дать адекватный эмоциональный ответ в любой ситуации.

Последним критерием является самомотивация, которая может быть вызвана эмоциями. Ученые полагают, что в эмоциональном интеллекте есть эмоции, которые могут мотивировать когнитивную деятельность, связанную с распознаванием, выражением и пониманием эмоций. Для самомотивации необходимо установить четкие цели, иметь позитивный настрой на их достижение, уметь обращаться с негативными эмоциями и преобразовывать их в позитивные, чтобы достичь желаемого результата. Рассмотрение компонентов эмоционального интеллекта показывает, что они тесно связаны друг с другом и помогают эффективно общаться с другими людьми.

И.Н. Мещерова выделила основные этапы процесса формирования эмоционального интеллекта [3].

1. Распознавание и переживание своих эмоций. Это основной этап, на котором человек осознает свои эмоции, находит способы их выражения и понимает, как они влияют на его поведение и решения.

2. Развитие самоконтроля и управления своими эмоциями. На этом этапе человек учится контролировать свои эмоции, осознанно регулировать их выражение и использует способы справляться с негативными эмоциями.

3. Развитие эмпатии и понимания эмоций других людей. Это важный этап, на котором человек становится способным чувствовать и понимать эмоции других людей, понимать их состояния и взгляды на вещи со стороны других людей.

4. Развитие навыков коммуникации. На этом этапе человек осваивает навыки общения с другими людьми, учится выражать свои эмоции и правильно реагировать на эмоции собеседника.

5. Развитие умения решать проблемы и конфликты. На этом этапе человек учится находить решения, основанные на понимании эмоций и потребностей всех сторон.

Заключение. Таким образом, можно сделать вывод, что проблема изучения эмоционального интеллекта вызывала и продолжает вызывать большой интерес со стороны учёных и педагогов. Большинство рассмотренных нами зарубежных и отечественных специалистов (Д. Гоулман, П.Сэловея, Р.В. Липпер, М.А. Манойлова, И.Н Мещерикова, Д.В.Люсин, и др.) придерживаются схожих взглядов на определение и структурные составляющие эмоционального интеллекта. Также ученые выделяют определённые этапы формирования эмоционального интеллекта. Высокий уровень эмоционального интеллекта и способность распознавать и контролировать различные эмоциональные проявления необходимы для гармоничного развития личности. В структуру эмоционального интеллекта входят такие навыки:

- Самосознание.
- Саморегуляция,

- Социальная чуткость.
- Социальные навыки.

Дети находятся в периоде активного формирования и развития эмоционального интеллекта, так как физиологические и психологические факторы способствуют развитию в этот период.

Заключение. Таким образом, можно сделать вывод, что проблема изучения эмоционального интеллекта вызывала и продолжает вызывать большой интерес со стороны учёных и педагогов. Большинство рассмотренных нами зарубежных и отечественных специалистов (Д. Гоулман, П.Сэловея, Р.В. Липпер, М.А. Манойлова, И.Н Мещерикова, Д.В.Люсин, и др.) придерживаются схожих взглядов на определение и структурные составляющие эмоционального интеллекта. Также ученые выделяют определённые этапы формирования эмоционального интеллекта. Из этого следует, что для гармоничного личностного развития необходимо обладать высоким уровнем эмоционального интеллекта, уметь распознавать различные эмоциональные выражения и контролировать их. В структуру эмоционального интеллекта входят такие навыки:

- Умение различать и понимать собственные эмоции;
- Способность регулировать свои эмоциональные реакции и состояния, управлять своим настроением;
- Способность понимать эмоциональное состояние окружающих;
- Способность воздействовать на эмоциональное состояние других людей.

Эмоциональное мышление развивается в течение всей жизни человека, но наиболее важным является его формирование во время детства и особенно до школьного возраста.

Библиографический список

1. Андреева, И.Н. Эмоциональный интеллект: исследование феномена / И.Н. Андреева. // Вопросы психологии. – 2006. – №3. – С. 78-86. - Текст: непосредственный.
2. Белкина, В.Н. Проблема эмоциональной регуляции социального поведения ребенка / В.Н. Белкина. // Дошкольник и младший школьник: проблемы воспитания и образования: материалы конференции «Чтения Ушинского» педагогического факультета ЯГПУ. – Ярославль, 2003. – С. 116-122. - Текст: непосредственный.
3. Верхотурова, Н.Ю. К проблеме генезиса эмоциональной регуляции поведения в детском возрасте / Н.Ю. Верхотурова. // Сибирский педагогический журнал. – 2011. – №8. – С. 264-273. Текст: непосредственный.
4. Выготский, Л. С. Психология развития человека / Л. С. Выготский. – Москва: Издательство Смысл. - 2005. – 136 с. – Текст : непосредственный.
5. Гоулман, Д. Эмоциональный интеллект / Д. Гоулман. // пер. с англ. А.П. Исаевой. – Москва: АСТ: АСТ Москва: Владимир: ВКТ. - 2009. – 478 с. Текст: непосредственный.
6. Егорова, З.Р. Эмоциональный интеллект детей дошкольного возраста / З.Р. Егорова – Казань: Казанский федеральный университет. - 2020. – С. 147-151. // Научная электронная библиотека Elibrary.ru: [сайт]. – Текст: электронный. – URL: <https://www.elibrary.ru/item.asp?id=42984064> (дата обращения: 05.10.2022).
7. Люсин, Д.В. Современные представления об эмоциональном интеллекте / Д.В. Люсин. // Социальный интеллект: Теория, измерение, исследования / под ред. Д.В. Люсина, Д.В. Ушакова. – Москва: Издательство «Институт психологии РАН». - 2004. – 176 с. - Текст: непосредственный.
8. Манойлова, М. А. Развитие эмоционального интеллекта / М. А. Манойлова. – Псков: ПГПИ, 2004. – 60 с. 173.

9. Манойлова, М. А. Исследование эмоционального интеллекта педагога / М. А. Манойлова // Пед. диагностика: науч.-практ. журнал. – 2006. – № 6. – 45 – 58 с. - ISBN 5-89526-019-5 – Текст : непосредственный.
10. Мещерякова, М. И. Изучение эмоционального интеллекта: возникновение понятия «Эмоциональный интеллект», его компонентов и функций / М. Мещерякова. – Таганрог: Таганрогский институт управления и экономики, 2022. – С. 762-765. // Научная электронная библиотека Elibrary.ru: [сайт]. – Текст : электронный – URL: <https://elibrary.ru/item.asp?id=49187327&ysclid=lb86l7zr1d508656184> (дата обращения: 16.09.2022)

Оригинальность 76%