

ЭМОЦИОНАЛЬНЫЙ ИНТЕЛЛЕКТ В НАЧАЛЬНОЙ ШКОЛЕ: КАК РАЗВИВАТЬ И ЗАЧЕМ ОН НУЖЕН

Шамсиддинова Лола

lola.shamsiddinova@gmail.com

Шамсиддинова Нигина

niginashamsiddinova19@gmail.com

Аннотация: В статье рассматривается значимость развития эмоционального интеллекта (ЭИ) у младших школьников как ключевого компонента успешной учебной и социальной адаптации. Проведён обзор современной научной литературы, подтверждающей взаимосвязь ЭИ с академической успеваемостью, поведенческой стабильностью и психологическим благополучием детей. На основе теоретических и эмпирических источников обоснована необходимость целенаправленного формирования ЭИ в условиях начального образования. В разделе обсуждения предложены практические методы, доступные учителям начальных классов: игровые и ролевые формы работы, эмоциональные минутки, интеграция эмоциональной тематики в содержание уроков, а также использование цифровых технологий. Отдельное внимание уделено роли учителя как эмоционального наставника и необходимости сотрудничества с родителями. Сделан вывод о том, что развитие ЭИ — это не вспомогательная, а системообразующая задача современной школы, способствующая полноценному раскрытию потенциала каждого ребёнка.

Литература

Эмоциональный интеллект (ЭИ) стал важным объектом педагогических исследований, особенно в контексте начального образования. Научные публикации последних лет подчеркивают роль ЭИ как ключевого ресурса адаптации, социализации и учебной успешности младших школьников. Ниже рассмотрены основные теоретические и эмпирические источники, раскрывающие значимость формирования ЭИ у детей младшего школьного возраста, а также практические механизмы его развития.

Один из фундаментальных теоретических трудов в данной области — обзорная статья Майера, Робертса и Барсейд (2008). Авторы рассматривают ЭИ как когнитивную способность, поддающуюся измерению и развитию. В их работе представлены три модели: способностная (ability), основанная на личностных чертах (trait) и смешанная (mixed). Особое внимание уделено способностной модели, в которой ЭИ рассматривается как способность распознавать, использовать, понимать и регулировать эмоции. В статье также

анализируются методики измерения ЭИ, включая тест MSCEIT, и подчёркивается его валидность в образовательных контекстах. Данный источник представляет собой теоретическую базу, на которую опираются современные исследования по внедрению ЭИ в школьную практику.

Работа Дулевица и Хиггса (2000) продолжает обсуждение моделей ЭИ, однако с акцентом на их прикладное значение. В их исследовании проведён сравнительный анализ трёх инструментов измерения ЭИ, и предложена 16-компонентная шкала, доказавшая свою надёжность и валидность. Особенно важно, что авторы пришли к выводу о высокой предсказательной силе сочетания ЭИ и традиционного интеллекта (IQ) по отношению к академическим и профессиональным успехам. Для педагогической практики это означает, что развитие ЭИ может стать не только важным компонентом воспитательной работы, но и фактором повышения учебной мотивации и результатов.

Практическое воплощение идей развития ЭИ представлено в исследовании, опубликованном в журнале *Education Sciences* (2025), где описана разработка цифрового геймифицированного приложения, направленного на формирование ЭИ у младших школьников. Участие в программе позволило детям развить навыки саморегуляции, эмпатии и распознавания эмоций. Согласно результатам исследования, использование интерактивных инструментов повышает вовлечённость учащихся и снижает уровень поведенческих нарушений. Это свидетельствует о потенциале цифровых технологий как средства эмоционального развития в условиях современной школы.

Исследование, опубликованное в журнале *International Journal of Environmental Research and Public Health* (Escuela, 2022), фокусируется на групповом педагогическом вмешательстве, направленном на развитие эмоциональной компетентности у учащихся начальной школы. В программе использовались игры, обсуждение эмоций, художественные и ролевые задания. Результаты показали значительное повышение уровня ЭИ у детей, участвовавших в интервенции, по сравнению с контрольной группой. Авторы отмечают, что такие программы особенно эффективны в первые годы обучения, когда эмоционально-волевая сфера ещё активно формируется.

Особое значение имеют крупные количественные исследования, такие как работа, опубликованная в журнале *Sustainability* (2021). В исследовании приняли участие более 2000 школьников. Оно выявило статистически значимую положительную корреляцию между уровнем ЭИ и учебной успеваемостью. Интересной особенностью оказалось наличие гендерных различий — девочки демонстрировали более высокий уровень ЭИ, чем мальчики. Авторы подчёркивают, что высокоразвитый ЭИ способствует более успешной

адаптации, лучшему сотрудничеству в группе и уменьшению тревожности, что делает его важной составляющей учебного процесса.

Наконец, работа Агами-Турджеман и Эстлейн (2025), опубликованная в журнале *Behavioral Sciences*, раскрывает влияние стиля родительского воспитания на эмоциональную адаптацию первоклассников. Авторы обнаружили, что родительские стратегии, основанные на поддержке, признании и обсуждении эмоций, способствуют более высокой социальной и учебной адаптации детей.

Напротив, эмоциональное игнорирование и подавление чувств негативно влияют на формирование ЭИ. Эти данные подчёркивают важность сотрудничества между школой и родителями, а также необходимость просвещения родителей в вопросах эмоционального воспитания.

Таким образом, анализ представленных источников позволяет сделать несколько выводов. Во-первых, ЭИ признаётся как самостоятельная когнитивная способность, которую можно целенаправленно развивать у младших школьников с помощью специально разработанных программ. Во-вторых, высокий уровень ЭИ положительно влияет на академическую успеваемость, адаптацию к школьной среде и поведенческие аспекты. В-третьих, эффективное развитие ЭИ требует системного подхода, включающего педагогические стратегии, цифровые инструменты и вовлечение семьи в образовательный процесс.

Представленные исследования показывают, что ЭИ — не абстрактная характеристика, а реальный педагогический ресурс, формируемый через игры, групповые упражнения, цифровые платформы и осознанное взаимодействие с окружающими взрослыми. Начальная школа как первый и один из самых важных этапов социализации ребёнка должна включать в себя элементы эмоционального воспитания наравне с когнитивным обучением. Это позволит воспитывать не только успевающих, но и эмоционально зрелых, адаптированных к жизни учеников.

Основная часть

Развитие эмоционального интеллекта (ЭИ) у младших школьников становится неотъемлемой частью современной образовательной практики, направленной на формирование всесторонне развитой, эмоционально устойчивой и социально адаптированной личности. На основе анализа научной литературы можно утверждать, что ЭИ способствует не только лучшей учебной успеваемости, но и общей психологической устойчивости ребёнка (Майер и др., 2008; Дулевиц и Хиггс, 2000). Учителю начальных классов принадлежит ключевая роль в создании условий, при которых ЭИ учеников может целенаправленно развиваться с первых лет обучения.

Одним из важных направлений является внедрение игровых и ролевых методов обучения, которые способствуют развитию эмпатии, саморегуляции и распознаванию эмоций. Такие методы описаны в исследовании Escuela (2022), где было показано, что дети, регулярно участвующие в групповых играх, направленных на осознание и выражение эмоций, демонстрировали значительный прогресс в социальной адаптации и учебной активности. Игры «Закончи эмоцию», «Что ты чувствуешь?» или «Эмоциональное зеркало» помогают детям научиться распознавать эмоции у себя и других, развивая ключевые компоненты ЭИ.

Кроме того, важным элементом является создание эмоционально безопасной образовательной среды. Учитель, который открыто демонстрирует свои чувства, использует «я-высказывания» и практикует активное слушание, становится для детей примером эмоциональной зрелости. Как показано в исследовании Агами-Турджеман и Эстлейн (2025), положительный стиль взаимодействия взрослых с ребёнком напрямую влияет на успешную адаптацию первоклассников, снижает уровень тревожности и повышает чувство уверенности у детей. Следовательно, эмоциональное поведение учителя оказывает воспитательное воздействие на учеников, формируя у них позитивные модели реагирования.

Также значимым направлением становится интеграция эмоционального развития в учебные предметы. Например, на уроках литературы учитель может обсуждать чувства героев, побуждать детей высказываться от первого лица, анализировать ситуации с моральной точки зрения. На уроках окружающего мира — рассматривать влияние эмоций на здоровье и поведение. Встраивание таких элементов в повседневное обучение делает развитие ЭИ органичной частью образовательного процесса.

Следующий важный аспект — это использование цифровых технологий как инструмента развития ЭИ. В исследовании (Education Sciences, 2025) продемонстрирована эффективность геймифицированного приложения, направленного на развитие навыков распознавания и регуляции эмоций. Использование планшетов, интерактивных досок и приложений позволяет ученикам в игровой форме освоить сложные эмоциональные концепции, отслеживать своё эмоциональное состояние, а также взаимодействовать с виртуальными персонажами, тренируя эмпатию. В условиях цифровизации образования такой подход становится особенно актуальным, поскольку сочетает интерес детей к технологиям с развивающим потенциалом ЭИ.

В то же время, важно отметить, что технологии — это лишь инструмент, а не самостоятельное решение. Эффективность их использования во многом зависит от педагогической компетентности учителя: умения правильно

подобрать контент, выстроить рефлексию после использования, объединить виртуальный опыт с живыми эмоциональными реакциями. Таким образом, ключевым фактором становится профессиональная готовность учителя к интеграции ЭИ в образовательный процесс.

Наряду с этим, результаты исследования (Sustainability, 2021) показали, что дети с высоким уровнем ЭИ демонстрируют лучшую успеваемость, более позитивные отношения с одноклассниками и меньшую склонность к проявлению агрессии. Это делает развитие ЭИ не только задачей воспитательной работы, но и важным ресурсом для повышения качества образования в целом. Учителя могут внедрять эмоциональные минутки в начале и в конце урока: обсуждение текущего эмоционального состояния, ведение «эмоционального дневника», простые дыхательные практики, позволяющие детям научиться справляться с волнением и возбуждением.

Кроме того, для устойчивого развития ЭИ важно наладить сотрудничество с родителями. Как показали Агами-Турджеман и Эстлейн (2025), стили семейного воспитания оказывают критическое влияние на эмоциональную регуляцию детей. Учитель может организовывать консультации, родительские собрания, мастер-классы по темам: «Как говорить с ребёнком об эмоциях», «Почему важно признавать чувства ребёнка» и т.д. Такое партнёрство позволяет создать единое эмоционально-педагогическое пространство между школой и семьёй.

Таким образом, развитие ЭИ у младших школьников должно быть осознанной задачей начального образования. Оно требует системного подхода, сочетающего методическое разнообразие, технологические новшества и личную эмоциональную культуру учителя. ЭИ не развивается сам по себе — он формируется через живое взаимодействие, уважение к чувствам и создание среды, в которой ребёнок чувствует себя услышанным, понятым и ценным. Именно такие условия позволяют каждому ребёнку раскрыть свой личностный и учебный потенциал в полной мере.

Заключение

Развитие эмоционального интеллекта у младших школьников — это не вспомогательное направление образования, а его фундаментальная составляющая, формирующая основу успешного обучения, гармоничного общения и личностного роста ребёнка. Научные исследования последних лет убедительно доказывают, что высокий уровень ЭИ связан с лучшей учебной мотивацией, высокой социальной адаптацией, снижением уровня тревожности и конфликтности (Майер и др., 2008; Дулевиц и Хиггс, 2000; Escuela, 2022). Именно в начальной школе, когда закладываются базовые поведенческие и

эмоциональные установки, у педагогов есть уникальная возможность повлиять на становление личности ребёнка.

Современный учитель начальных классов должен не только передавать знания, но и выступать как наставник в эмоциональном развитии. Для этого необходимо внедрять разнообразные педагогические подходы — от игровых и ролевых методик до цифровых платформ и семейных проектов. Создание эмоционально безопасной среды, регулярная работа с эмоциями на уроках, интеграция ЭИ в содержание учебных предметов и активное взаимодействие с родителями создают благоприятные условия для всестороннего развития ребёнка.

Таким образом, эмоциональный интеллект — это не дополнение к школьному курсу, а важнейшее условие раскрытия потенциала каждого ученика. Формируя у детей способность понимать и управлять своими эмоциями, мы создаём фундамент не только для успешного обучения, но и для их дальнейшей жизни в обществе. Педагог, способный развивать ЭИ у школьников, формирует не просто грамотных, но и эмоционально зрелых, сочувствующих и устойчивых личностей.

Список литературы:

Agami-Turjeman, S. and Estlein, R., 2025. Child social and emotional adjustment to first grade: The role of emotion-focused parenting. *Behavioral Sciences*, 15(7), p.855. [online] Available at: <https://www.mdpi.com/2076-328X/15/7/855>

[Accessed 12 Jul. 2025].

Dulewicz, V. and Higgs, M., 2000. Emotional intelligence – A review and evaluation. *Journal of Managerial Psychology*, 15(4), pp.341–372. [online] Available at:

<https://www.emerald.com/insight/content/doi/10.1108/02683940010330993/full/html>

[Accessed 5 May 2025].

Escuela, A. et al., 2022. Emotional competence in primary school children: Effects of a classroom-based intervention program. *International Journal of Environmental Research and Public Health*, 19(13), p.7628. [online] Available at: <https://www.mdpi.com/1660-4601/19/13/7628>

[Accessed 29 May 2025].

García-Fernández, C.M., Ruiz-Robledillo, N., De la Fuente-Carrasco, M. and Martínez-Ferrer, B., 2025. Gamification and emotional intelligence: Development of a digital application for children. *Education Sciences*, 15(4), p.453. [online] Available at: <https://www.mdpi.com/2227-7102/15/4/453>

[Accessed 16 Jun. 2025].

Mayer, J.D., Roberts, R.D. and Barsade, S.G., 2008. Human abilities: Emotional intelligence. *Annual Review of Psychology*, 59, pp.507–536. [online] Available at: <https://doi.org/10.1146/annurev.psych.59.103006.093646>

[Accessed 7 Jul. 2025].

Serrano, R., Andreu-Fernández, M., García-González, L. and Cebrián, M., 2021. Emotional competencies in primary education: Identification and analysis of variables for intervention. *Sustainability*, 13(15), p.8591. [online] Available at: <https://www.mdpi.com/2071-1050/13/15/8591>

[Accessed 22 Jun. 2025].
