УДК 159.922.7

А. Е. Бандакова,
факультет психологии и педагогики,
Омский государственный педагогический университет
Научный руководитель: старший преподаватель О. С. Втюрина

Развитие эмоционального интеллекта у младших школьников в цифровой среде

Аннотация. В статье представлены результаты экспериментального исследования развития эмоционального интеллекта младших школьников с помощью цифровых инструментов. Обоснована актуальность интерактивных игр для развития навыков распознавания и понимания эмоций. Результаты констатирующего этапа выявили преобладание среднего и низкого уровней эмоционального интеллекта, что подтвердило необходимость целенаправленной работы, для чего был разработан и апробирован комплекс интерактивных игр в цифровой среде.

Ключевые слова: эмоциональный интеллект, младшие школьники, цифровая среда, интерактивные игры, распознавание эмоций, развитие эмоционального интеллекта.

Проблема развития эмоционального интеллекта у младших школьников занимает важное место в современной психологии образования, поскольку младший школьный возраст является сенситивным для формирования эмоциональной сферы личности [2]. Учебная деятельность в начальной школе сопряжена с необходимостью адаптации к новым социальным условиям, установления контактов со сверстниками и учителями, понимания и выражения собственных эмоций, что требует сформированности навыков распознавания и регуляции эмоциональных состояний. Недостаточный уровень развития эмоционального интеллекта уже на начальном этапе обучения может привести к проблемам в процессе адаптации, повышению уровня тревожности, склонности к конфликтному поведению и снижению успешности образовательной деятельности.

Эмоциональный интеллект определяется как способность понимать собственные эмоции и эмоции других людей, управлять ими и использовать эту информацию для регуляции мышления и поведения [1]. В структуру эмоционального интеллекта входят такие компоненты, как распознавание эмоций, понимание причин их возникновения, вербализация эмоциональных состояний и способность к эмпатии [1]. В отличие от общего интеллекта, эмоциональный интеллект в большей степени поддается целенаправленному развитию в процессе специально организованного психолого-педагогического воздействия.

Целью исследования является теоретическое обоснование, разработка и проверка эффективности комплекса интерактивных игр, направленных на развитие эмоционального интеллекта младших школьников в цифровой среде. В качестве гипотезы исследования было выдвинуто предположение о том, что использование специально разработанных цифровых приложений в образовательном процессе младших школьников способствует развитию навыков распознавания и понимания собственных эмоций и эмоций других людей. В исследовании приняли участие 51 обучающийся младшего школьного возраста (8–9 лет), из которых 25 чел. составили экспериментальную группу, 26 — контрольную. Исследование проводилось на базе средней общеобразовательной школы № 144.

При сборе эмпирических данных применялись три диагностические методики: «Словарь эмоций» (модификация методики Е. С. Ивановой), направленная на выявление объема и содержания активного словаря эмоций; «Что — почему — как» (М. А. Нгуен), позволяющая оценить степень готовности ребенка учитывать эмоциональное состояние другого человека; «Тест лицевой экспрессии» (Е. С. Иванова), направленная на определение способности распознавать эмоции по выражению лица.

Для обобщенной оценки уровня развития эмоционального интеллекта проведен качественный и количественный анализ результатов по трем диагностическим методикам.

Анализ результатов констатирующего этапа исследования показал, что в экспериментальной группе преобладает средний уровень развития

© Бандакова А. Е., 2026

эмоционального интеллекта — 71 %, при этом не выявлены обучающиеся с высоким уровнем, а доля детей с низким уровнем составляет 29 %. В контрольной группе также доминирует средний уровень развития эмоционального интеллекта — 65 %, высокий — у 11 % обучающихся, низкий — у 23 %. Полученные данные свидетельствуют о необходимости целенаправленной психолого-педагогической работы по развитию эмоционального интеллекта, особенно в экспериментальной группе, где не выявлены обучающиеся с высоким уровнем, а доля детей с низким уровнем является наиболее весомой.

Среди компонентов эмоционального интеллекта наиболее выраженные трудности у младших школьников связаны с распознаванием эмоций по лицевой экспрессии: в экспериментальной группе низкий уровень по данному показателю выявлен у 24 % обучающихся, в контрольной — у 27 %. Также значительные сложности наблюдаются в понимании причин возникновения эмоций: по методике «Что — почему — как» низкий уровень продемонстрировали 44 % учащихся экспериментальной группы и 38 % контрольной группы. Наиболее развитым компонентом эмоционального интеллекта у младших школьников является словарь эмоций, тем не менее в экспериментальной группе у 36 % детей выявлен низкий уровень, что ограничивает возможности вербализации эмоциональных состояний.

На развивающем этапе с учащимися экспериментальной группы проводился разработанный комплекс интерактивных игр с использованием цифровой среды, в то время как учащиеся контрольной группы занимались по стандартной программе.

Комплекс интерактивных игр в цифровой среде включал шесть занятий (по одному в неделю, продолжительностью 40 мин. каждое). Занятия проводились в марте — апреле 2026 г. и имели следующую структуру: вводная часть (5 мин.) — приветствие, создание комфортной и доброжелательной атмосферы, мотивация, объяснение правил игры; основная часть (25–30 мин.) — проведение интерактивной игры, обсуждение игровых ситуаций, анализ эмоций персонажей, сопоставление игрового опыта с реальной жизнью; заключительная часть (5–10 мин.) — рефлексия, подведение итогов, завершающая беседа.

В ходе проведения комплекса интерактивных игр в цифровой среде было отмечено, что дети проявили высокую вовлеченность благодаря динамичному цифровому формату. Активное участие способствовало лучшему усвоению материала.

Полученные результаты актуализируют внедрение цифровых ресурсов в работу по развитию эмоционального интеллекта. Разработанный комплекс интерактивных игр может применяться педагогами и психологами для развития эмоционального интеллекта у детей младшего школьного возраста.

1. *Бусловская Л. К., Ковтуненко А. Ю.* Развитие эмоционального интеллекта младших школьников // Начальная школа. — 2023. — № 11. — С. 17–20.

2. *Рыжов Д. М.* Младший школьный возраст как сенситивный период развития эмоционального интеллекта // Среднее профессиональное образование. — 2013. — № 2. — С. 29–31.