Министерство науки и высшего образования Российской Федерации
Федеральное государственное автономное образовательное учреждение высшего образования
«СИБИРСКИЙ ФЕДЕРАЛЬНЫЙ УНИВЕРСИТЕТ»

ЛЕСОСИБИРСКИЙ ПЕДАГОГИЧЕСКИЙ ИНСТИТУТ –
филиал Сибирского федерального университета

Кафедра психологии развития личности

УТВЕРЖДАЮ
Заведующий кафедрой
_____ Н.В. Басалаева
подпись инициалы, фамилия
«02» 06 2025 г.

ДИПЛОМНАЯ РАБОТА

44.05.01 Педагогика и психология девиантного поведения
код - наименование специальности

ТЕАТРАЛЬНАЯ МАСТЕРСКАЯ КАК СРЕДСТВО РАЗВИТИЯ ЭМОЦИОНАЛЬНОГО ИНТЕЛЛЕКТА У ПОДРОСТКОВ, ВОСПИТАННИКОВ ДЕТСКОГО ДОМА

Руководитель 02.06.25 зав. каф. канд. психол. наук Н.В. Басалаева
подпись, дата должность, ученая степень инициалы, фамилия

Выпускник 02.06.25 П.А. Моторина
подпись, дата инициалы, фамилия

Рецензент 02.06.25 руководитель ЦППС К.В. Цибулина
подпись, дата должность, ученая степень инициалы, фамилия

Нормоконтролер 02.06.25 М.А. Мартынова
подпись, дата инициалы, фамилия

Лесосибирск 2025

РЕФЕРАТ

Дипломная работа по теме: «Театральная мастерская как средство развития эмоционального интеллекта у подростков, воспитанников детского дома» содержит 80 страниц текстового документа, 42 использованных источника, 3 таблицы, 16 рисунков, 4 приложения.

ЭМОЦИОНАЛЬНЫЙ ИНТЕЛЛЕКТ, РАЗВИТИЕ ЭМОЦИОНАЛЬНОГО ИНТЕЛЛЕКТА, ПОДРОСТКИ, ВОСПИТАННИКИ ДЕТСКОГО ДОМА, ТЕАТРАЛЬНАЯ МАСТЕРСКАЯ

Эмоциональный интеллект является важной и актуальной проблемой, поскольку он играет значительную роль в жизни каждого человека, в том числе и подростка. Воспитанники из детских домов из-за отсутствия стабильной семейной среды и недостатка внимания со стороны взрослых часто испытывают трудности в проявлении своих эмоций и распознавании эмоций окружающих. Развитие эмоционального интеллекта у подростков, воспитанников детского дома, является ключевым аспектом их личностного роста и социального взаимодействия.

Цель работы: изучение возможности использования театральной мастерской для развития эмоционального интеллекта у подростков, воспитанников детского дома.

Обобщая результаты исследования эмоционального интеллекта у подростков, воспитанников детского дома, мы пришли к выводу, что у всех 10 испытуемых рассматриваемой выборки эмоциональный интеллект развит на недостаточном уровне. С целью повышения уровня развития эмоционального интеллекта у подростков, воспитанников детского дома нами разработаны и реализованы занятия в условиях театральной мастерской. Сопоставляя результаты первичной и повторной диагностики, мы пришли к выводу, что развитие эмоционального интеллекта среди подростков, воспитанников детского дома, возможно посредством использования возможностей театральной мастерской.

СОДЕРЖАНИЕ

Введение…… 4
1 Теоретические аспекты изучения эмоционального интеллекта у подростков, воспитанников детского дома, и возможностей его развития посредством театральной мастерской ……. 8
1.1 Эмоциональный интеллект: понятие, характеристика……..... 8
1.2 Характеристика эмоционального интеллекта у подростков, воспитанников детского дома ……. 13
1.3 Возможности использования театральной мастерской для развития эмоционального интеллекта у подростков, воспитанников детского дома ……. 18
2 Эмпирическое исследование эмоционального интеллекта у подростков, воспитанников детского дома, и возможности его развития посредством театральной мастерской ……... 24
2.1 Организация и методы исследования. Анализ результатов первичной диагностики ……. 24
2.2 Описание и принципы организации театральной мастерской... 31
2.3 Сопоставительный анализ результатов первичной и повторной диагностики ……. 38
Заключение……. 48
Список использованных источников……... 50
Приложение А Результаты диагностики эмоционального интеллекта у воспитанников детского дома……. 55
Приложение Б Описание занятий театральной мастерской 56
Приложение В Результаты повторной диагностики уровня развития эмоционального интеллекта у подростков, воспитанников детского дома…… 78
Приложенние Г Результаты автоматического расчета Т–критерия Вилкоксона……... 80

ВВЕДЕНИЕ

Эмоциональный интеллект является важной и актуальной проблемой, поскольку он играет значительную роль в жизни каждого человека, в том числе и подростка. Подростки являются уязвимой частью общества. В этом возрасте они начинают формировать свое отношение к себе, окружающему миру, а также устанавливают коммуникативные связи с другими людьми.

В Федеральном государственном образовательном стандарте среднего общего образования (ФГОС СОО) подчеркивается, что для успешного освоения универсальных коммуникативных действий необходимо наличие эмоционального интеллекта, включающего сформированность самосознания, саморегулирования, внутренней мотивации, эмпатии и социальных навыков. Недостаточно развитый эмоциональный интеллект в подростковом возрасте может способствовать возникновению различных проблем с коммуникацией, затруднениям в регуляции эмоционального состояния и усложнению процессов формирования здоровых межличностных отношений [34].

Подростки из детских домов из-за отсутствия стабильной семейной среды и недостатка внимания со стороны взрослых часто испытывают трудности в проявлении своих эмоций и распознавании эмоций окружающих.

Поэтому развитие эмоционального интеллекта у подростков, воспитанников детского дома, является ключевым аспектом их личностного роста и социального взаимодействия, что требует особого внимания со стороны педагогов.

Цель исследования: изучение возможности использования театральной мастерской для развития эмоционального интеллекта у подростков, воспитанников детского дома.

Объект исследования: эмоциональный интеллект как психологический феномен.

Предмет исследования: возможности использования театральной мастерской для развития эмоционального интеллекта у подростков, воспитанников детского дома.

Гипотеза: мы предполагаем, что развитие эмоционального интеллекта у подростков, воспитанников детского дома, возможно посредством использования возможностей театральной мастерской.

Задачи исследования:

1. Проанализировать психолого-педагогическую литературу по проблеме эмоционального интеллекта.

2. Охарактеризовать проявления эмоционального интеллекта у подростков, проживающих в детском доме, и возможности его развития посредством театральной мастерской.

3. Организовать и провести эмпирическое исследование, направленное на выявление уровня развития эмоционального интеллекта у подростков, воспитанников детского дома.

4. Разработать и описать возможности использования театральной мастерской для развития эмоционального интеллекта у подростков, воспитанников детского дома, определить эффективность развивающей работы.

Методологической основой исследования выступили труды отечественных (Андреевой И.Н., Дьячук А.А., Жедуновой Л.Г., Кочетовой Ю.А., Люсина Д.В.) и зарубежных ученых (Гарднера Х., Майера Дж., Сэловей П.) по проблеме развития эмоционального интеллекта; психологов (Изотовой Е.И., Минуллиной А.Ф.), рассматривающих развитие эмоционального интеллекта у подростков, воспитанников детского дома; а также ученых, изучающих возможности использования различных методов в условиях театральной мастерской: арт-терапия (Лаптева Л.Г., Лебедева Л.Л., Синельникова Е.С.), изотерапия (Локер К.), игротерапия (Куин Ф.), методы актерской практики (Станиславский К.С.).

Методы исследования:

1. Анализ психолого-педагогической литературы по проблеме исследования.

2. Эмпирические методы: тестирование (методика «Определение уровня эмоционального интеллекта» (автор – Н. Холл), опросник «Эмоциональный интеллект» (автор – Д. В. Люсин)).

3. Методы количественной и качественной обработки результатов.

Экспериментальное исследование эмоционального интеллекта у подростков проводилось на базе КГКУ «Лесосибирский детский дом им. Ф.Э. Дзержинского» в октябре 2024 г. - мае 2025 г. Выборка представлена воспитанниками детского дома в количестве 10 человек, из них 6 мальчиков и 4 девочки. Возраст испытуемых – 14-17 лет.

Этапы исследования:

1 этап (октябрь – ноябрь 2024 г.) – изучение теоретических аспектов проблемы эмоционального интеллекта у подростков, воспитанников детского дома, определение категориального аппарата, определение методов и выборки экспериментального исследования, проведение первичной диагностики эмоционального интеллекта у подростков, воспитанников детского дома, анализ результатов.

2 этап (декабрь 2024 г. – апрель 2025 г.) – разработка и реализация занятий в условиях театральной мастерской, направленных на развитие эмоционального интеллекта у подростков, воспитанников детского дома.

3 этап (май – июнь 2025 г.) – проведение повторной диагностики эмоционального интеллекта у подростков, воспитанников детского дома, анализ полученных результатов исследования, определение эффективности развивающей работы, формулирование выводов, оформление выпускной квалификационной работы.

Результаты исследования представлены на конференциях: Всероссийской научно-практической конференции «Развитие системы профилактики девиантного поведения детей, подростков и молодежи» (Лесосибирск, 2024), IV Всероссийском молодежном научном форуме «Современное педагогическое

образование: теоретический и прикладной аспекты» (Лесосибирск, 2025). По теме ВКР опубликовано 2 статьи.

Практическая значимость дипломной работы заключается в анализе и систематизации материала по проблеме эмоционального интеллекта у подростков, проживающих в детском доме. Полученные результаты исследования могут быть полезны социальным педагогам и психологам для диагностики уровня развития эмоционального интеллекта у подростков. Описанные занятия с использованием возможностей театральной мастерской, могут быть применены специалистами для развития эмоционального интеллекта у подростков, воспитанников детского дома.

Выпускная квалификационная работа состоит из введения, двух глав, заключения, списка использованных источников, включающего 42 наименования. В работе содержится 3 таблицы, 16 рисунков, 4 приложения. Общий объём работы составляет 80 страниц.

1 ТЕОРЕТИЧЕСКИЕ АСПЕКТЫ ИЗУЧЕНИЯ ЭМОЦИОНАЛЬНОГО ИНТЕЛЛЕКТА У ПОДРОСТКОВ, ВОСПИТАННИКОВ ДЕТСКОГО ДОМА, И ВОЗМОЖНОСТЕЙ ЕГО РАЗВИТИЯ ПОСРЕДСТВОМ ТЕАТРАЛЬНОЙ МАСТЕРСКОЙ

1.1 Эмоциональный интеллект: понятие, характеристика

Проблема изучения эмоционального интеллекта у подростков, воспитанников детского дома, является актуальной темой современного общества.

Многие исследовали (Андреева И.Н., Гарднер Х., Дегтярев А.В., Мэйер Д., Сэловей П.) давали определение понятию «эмоциональный интеллект», в основном акцент при этом был сделан на словах, входящих в это понятие, – это «интеллект» и «эмоции» [2, 3, 8, 39, 42].

Н.В. Склярова подчеркивает, что концепция интеллекта восходит к древнеримскому философу Цицерону, который обозначил данный термин как «способность понимать». В этом контексте Цицерон акцентировал внимание на умственной деятельности, связанной с когнитивными процессами, позволяющими индивиду постигать, интерпретировать и анализировать информацию [31].

Интеллект, согласно определению И.Н. Андреевой, представляет собой совокупность способностей, вписывающуюся в концепцию глобальной способности индивидуума к целеустремленной деятельности, рациональному мышлению и эффективному взаимодействию с окружающей средой [2]. В данном контексте подчеркивается важность наличия социальных навыков и рациональных способностей у человека, что делает рациональную составляющую основополагающей в понимании термина «интеллект». Эта точка зрения находит поддержку среди ряда отечественных исследователей, таких как И.А. Бердникова, А.А. Дьячук, Е.И. Изотова и Ю.А. Кочетова, которые акцентируют внимание на многогранности интеллекта и его

соотношении с социальными аспектами человеческого существования [4, 11, 15, 18].

Такое понимание интеллекта связано не только с когнитивными аспектами, но и с контекстом, в котором осуществляется личностное развитие. Важность эмоционального и социального компонентов в данной парадигме говорит о том, что интеллект не может рассматриваться изолированно от ряда факторов, которые влияют на его формирование и функционирование. Многообразие определений и концептуальных подходов к понятию интеллекта подчеркивает сложности его изучения, а также необходимость учитывать, как когнитивные, так и аффективные процессы в изучении этого феномена [36].

П. Лафренье отмечает, что эмоция для Аристотеля – «нечто, столь сильно преображающее человеческое состояние, что это отражается на его способности к рассуждениям и сопровождается удовольствием и страданием» [20, с. 18]. Аристотель считал, что способность использовать рассудок для управления эмоциями является более значимой для человека, чем либо подавлять их выражение, либо не выражать их вовсе. Он подчеркивал, что сохранение эмоционального равновесия позволяет избежать подавления возникшего возбуждения от эмоций и не проявлять их необдуманно. Античные философы Сократ и Платон, по мнению Д. Робинсона, понимают взаимоотношения когнитивных и эмоциональных процессов как превосходство разума над эмоциями [27]. И.Н. Андреева, проанализировав труды шотландского философа Д. Юма, предположила, что эмоции воздействуют над рассудком [2].

В отечественной психологии начала XX века, представленной трудами таких видных исследователей, как Л.С. Выготский, Б.В. Зейгарник, А.Н. Леонтьев и С.Л. Рубинштейн, наблюдается глубокая взаимосвязь между эмоциями и когнитивными процессами. Л.С. Выготский, в частности, подчеркивает, что эмоции и интеллект образуют «динамическую смысловую систему», которая представляет собой единое целое, состоящее из аффективных и интеллектуальных компонентов. Данный подход подчеркивает,

что эмоциональные состояния оказывают влияние на действия и когнитивные функции индивида, формируя тем самым его поведение и восприятие окружающей действительности. Таким образом, эмоциональный компонент не только влияет на процесс принятия решений, но и служит важным фактором, определяющим то, как индивидуум интерпретирует и реагирует на различные стимулы в своей среде [5].

В свете теоретических концепций Л.С. Выготского, А.Н. Леонтьев взял на себя задачу исследования механизма мышления, акцентируя внимание на роли эмоциональной регуляции в данном процессе. А.Н. Леонтьев подчеркивает, что эмоциональные компоненты не просто сопутствуют когнитивным, но могут активно формировать их и модифицировать, внося свои коррективы в диспозиции человека при решении различных задач и принятии решений. Он утверждает, что эмоциональные состояния способны значительно изменять ход мыслительного процесса, инициируя определенные стратегии познания и внедряя в них элементы индивидуального опыта и контекста [22].

По мнению С.Л. Рубинштейна [28], эмоции считались неотъемлемой частью интеллектуального процесса, в то время как Б.В. Зейгарник устанавливала связь между эмоциями и мышлением. Автор подчеркивает неотделимость мышления от индивида, который обладает мотивами, чувствами, стремлениями и т.д. В зависимости от жизненных обстоятельств реакция индивида может изменяться, несмотря на постоянство знаний [14].

В своих трудах И.Н. Андреева отмечает, что Р. Бар-Он охарактеризовал эмоциональный интеллект как совокупность некогнитивных способностей, знаний и навыков, которые позволяют человеку эффективно реагировать на разнообразные жизненные ситуации. Данный факт подчеркивает важность не только когнитивных способностей, таких как логическое мышление и память, но и тех эмоциональных и социальных навыков, которые способствуют успешной адаптации и взаимодействию с окружающей действительностью [2].

В 1983 году Х. Гарднер, проводя исследования в области интеллектуальных способностей, представил свою модель множественного

интеллекта, в которой он описал семь различных видов интеллекта. Данная модель демонстрирует многообразие человеческих умений, а также раскрывает потенциал для обучения и взаимодействия с окружающей средой. В данном контексте автор акцентирует внимание на двух видах интеллекта: внутриличностном и межличностном, подчеркивая их важность в развитии эмоционального интеллекта.

Внутриличностный интеллект представляет собой способность индивида осознавать и эффективно управлять собственными эмоциональными состояниями, переживаниями и внутренними процессами. Он включает в себя навыки саморефлексии, самоанализа и самоконтроля, что позволяет личности более глубоко понять свои мотивы, желания и реакции на различные события. С другой стороны, межличностный интеллект характеризуется способностью индивида к эффективному взаимодействию с окружающими, пониманию вербальных и невербальных средств коммуникации. Концепция множественного интеллекта Х. Гарднера подчеркивает важность эмоциональных и социальных аспектов в рамках общего понимания интеллекта [39].

«Эмоциональный интеллект – способность отслеживать собственные и чужие чувства и эмоции, различать их и использовать эту информацию для направления мышления и действий» - отмечают такие зарубежные авторы как П. Сэловей и Д. Мэйер [39, с. 189]. На основании концепции Х. Гарднера, в 1990 году они разработали структуру эмоционального интеллекта. Исследователи выявили следующие характеристики эмоционального интеллекта:

1. Люди могут распознавать и выражать свои эмоции.
2. Имеется возможность регулировать свои эмоции.
3. Эмоции представляют собой информацию о наших мыслях и действиях. Человек может выражать эмоции, а также распознавать и интерпретировать эмоции других людей [42].

По мнению отечественного автора Д.В Люсина, эмоциональный интеллект следует рассматривать не просто как набор когнитивных навыков, а как сложное и многослойное явление, которое связано с эмоциональной составляющей личности. Эта направленность может влиять на процесс принятия решений, управление стрессом, адаптацию в социальной среде и взаимодействие с другими людьми. Более того, способность анализировать свои эмоциональные реакции не только усиливает личностный рост индивида, но и способствует более глубокому пониманию социальной динамики, что может иметь важное значение в профессиональной деятельности, лидерстве и построении эффективных командных взаимодействий.

В своей работе Д.В. Люсин подчеркивает важность того, что эмоциональный интеллект не следует рассматривать исключительно как когнитивную способность. Он указывает на необходимость учитывать стремление индивида к анализу своего поведения и эмоциональных переживаний. Эта точка зрения подчеркивает многогранность эмоционального интеллекта, который не ограничивается лишь интеллектуальными процессами, но включает в себя и более глубокие аспекты самосознания и эмоционального опыта. Автором предложена структура эмоционального интеллекта (далее ЭИ), описанная в таблице 1.

Таблица 1 – Структура эмоционального интеллекта

	Межличностный ЭИ	**Внутриличностный ЭИ**
Понимание эмоций	Понимание чужих эмоций	Понимание своих эмоций
Управление эмоций	Управление чужими эмоциями	Управление своими эмоциями

Отечественный психолог указывает на то, что эмоциональный интеллект – способность человека осознавать и управлять своими и чужими эмоциями. Таким образом понимание причин возникновения эмоций, их последствий, и

способность регулировать их интенсивность и выражение, является проявлением развитого эмоционального интеллекта [24].

Таким образом, вслед за Д.В. Люсиным, мы определяем эмоциональный интеллект как способность человека понимать свои и чужие эмоции, а также управлять ими. В структуру эмоционального интеллекта входят понимание и управление своих и чужих эмоций.

1.2 Характеристика эмоционального интеллекта у подростков, воспитанников детского дома

Д.Б. Эльконин разделяет подростничество на два периода: младший подростковый возраст (12-15 лет) и старший подростковый возраст (15-17 лет) [37]. И в настоящее время развитие эмоционального интеллекта среди подростков, находящихся вне семьи и без попечения родителей (в домах ребёнка, приютах, детских домах, школах-интернатах), стало острым вопросом. Дети из подобных учреждений часто отстают в своем психологическом развитии от своих сверстников из нормативных семей. Многие из них имеют негативные особенности и отклонения в эмоциональном развитии, которые не компенсируются текущими методами и подходами. Исследователи отмечают, что такие дети более склонны к эмоциональным отклонениям, что может сказаться на их будущей адаптации и отношениях с окружающими [25].

Согласно исследованиям А.М. Прихожан и Н.Н. Толстых, подросткам, воспитанникам детского дома, свойственны некоторые социально-психологические характеристики. Одной из них является пониженная самооценка, которая проявляется в оценках личной значимости, способностей и достигнутых результатов. Пониженная самооценка создает негативный образ себя и вызывает затруднения в межличностных взаимодействиях. Кроме того, у подростков, проживающих в детском доме, наблюдается ухудшение психического здоровья, которое может проявляться в форме депрессивных состояний и повышенной тревожности.

Неопределенность в отношении будущего представляет собой еще одно важное последствие пребывания детей в учреждениях. Воспитанники детского дома часто ощущают себя в условиях, где перспективы, как личностного развития, так и карьерного роста представляются крайне неопределенными и малодоступными. Это состояние связано с отсутствием стабильности и предсказуемости в их жизни, что в свою очередь провоцирует тревожность.

Повышенная зависимость от внешних условий и окружения становится характерной чертой для этой группы детей. Такой феномен зачастую обусловлен недостатком внутренней автономии и ресурсов для адаптации к непривычной или стрессовой обстановке. Сложности в формировании адаптивных стратегий поведения приводят к тому, что они становятся уязвимыми перед воздействием негативных факторов среды, что в конечном итоге отражается на их эмоциональном благополучии.

Данные социально-психологические характеристики негативно сказываются на общей психологической адаптации и уровне самоидентификации воспитанников детского дома. Такие дети часто сталкиваются с трудностями в формировании позитивных социальных взаимодействий и переживают более высокий уровень стресса, связанного с отсутствием стабильных и поддерживающих отношений, что является немаловажным фактором в их развитии. В исследовании, целью которого было сравнение детей, воспитывающихся в семьях, с детьми, воспитывающихся в детском доме, отмечено, что последние, обладают более развитыми навыками социальной адаптации, т.е. они чувствуют себя более уверенно в динамичных социальных ситуациях [26].

По мнению Н.И. Карасевой, дети, выросшие в детских домах, обладают ограниченными возможностями общения и узким диапазоном индивидуальных стилей взаимодействия. В отличие от своих сверстников, находящихся в семейной обстановке, они развивают склонность к интеллектуализации, как к основному защитному механизму. Этот процесс включает искажение реальности с целью сохранения адекватной самооценки. Такие дети зачастую

сталкиваются с трудностями в осуществлении адекватных прогнозов относительно социальных ситуаций и собственных эмоциональных реакций, заменяя здоровую адаптацию незрелыми защитными механизмами. К числу таких защитных стратегий относятся отрицание и реактивные образования. Отрицание выражается в отказе признать существование тревожных ощущений или негативных эмоций, что создает иллюзию комфортной реальности. Реактивные образования проявляются в том, что дети интерпретируют свои чувства и эмоции с противоположным значением, что помогает им избегать столкновения с неприятными переживаниями. Таким образом, информация, поступающая в их сознание, либо искажается и подстраивается под уже существующее представление о себе и окружающем мире с целью защитить их от болезненных мыслей и чувств, либо полностью отвергается [16].

Согласно исследованиям, проведенным Л.Г. Жедуновой, дети, находящиеся в детских учреждениях, часто испытывают значительные трудности в установлении дружеских отношений и в своем социально-психологическом развитии. Эти сложности в значительной мере вызваны дефицитом физического взаимодействия и эмоциональных связей с матерью. В условиях, когда дети лишены постоянного контакта с родными, они оказываются в ситуации эмоциональной депривации, которая может иметь долгосрочные последствия для их психоэмоционального состояния. Депривация, в данном контексте, подразумевает не только нехватку физической близости, но и отсутствие значимых взаимосвязей, необходимых для полноценного развития личности. В результате отсутствия родительской поддержки у детей формируется утрата основополагающего доверия к окружающему миру, что проявляется в их недоверчивом, подозрительном и агрессивном отношении как к окружающим, так и к людям в целом.

Л.Г. Жедунова акцентирует внимание на том, что дефицит эмоциональной близости и недостатка привязанностей, у воспитанников детского дома, может способствовать формированию невротического механизма слияния. Данный механизм представляет собой защитную реакцию

на отсутствие стабильной и безопасной привязанности. Механизм слияния с окружающими людьми происходит как стратегический ответ на дефицит эмоционального тепла и привязанности, что приводит к затруднениям в установлении здоровых, основанных на взаимном уважении и доверии, отношений.

Рисунок 1 – Механизм формирования зависимостей у подростков (автор – Л.Г. Жедунова)

Дети, лишенные возможности формировать устойчивые связи с родителями, впоследствии становятся менее избирательными в выборе взаимодействий, что может выражаться в стремлении к нереализуемым или неадекватным привязанностям. В таком контексте механизмы слияния могут принимать различные формы. Например, дети могут испытывать потребность в постоянной физической близости или эмоциональной зависимости от людей, находящихся рядом, что порой перерастает в навязчивое поведение. Это стремление возникает из-за глубокой тревоги о том, что они могут быть оставлены или отвергнуты, что, в свою очередь, является следствием их предыдущих опытов потери и депривации. Данные проявления, как правило,

являются следствием прежнего опыта взаимодействия, в котором не было устойчивых и позитивных привязанностей. В результате в дальнейшем, этот механизм может способствовать развитию различных форм зависимости (рисунок 1), будь то эмоциональная зависимость от людей или вовлечение в зависимые отношения с веществами и алкоголем [12].

Проанализировав труды отечественных (Дьячук А.А., Карасевой Н.И.) и зарубежных (Gardner H., Cooper R.K. и др.) авторов, мы выделили следующие характеристики развития эмоционального интеллекта у подростков, проживающих в детском доме:

- отсутствие стабильных отношений. Подростки в детских домах могут сталкиваться с нестабильностью в отношениях со взрослыми, что затрудняет им формирование навыков взаимодействия и понимания эмоций;

- эмоциональные травмы. Многие подростки в детских домах могут иметь сложный эмоциональный опыт из-за прошлых травм, что может замедлить развитие их эмоционального интеллекта;

- социальная изоляция. Некоторым подросткам из детских домов может быть сложно социализироваться и устанавливать эмоциональные связи из-за ощущения отчуждения и недостатка доверия к окружающим;

- недостаток модели для подражания в проявлении эмоционального интеллекта. В детских домах может отсутствовать модель для подражания в проявлении эмоционального интеллекта, что затрудняет освоение эмоциональных навыков подростками [11, 16, 38, 39].

Таким образом, в результате отсутствия стабильных межличностных отношений, наличия эмоциональных травм, социальной изоляции, недостатка образцов проявления развитого эмоционального интеллекта, а также потери базового доверия к окружающему миру, самооценки и социальной поддержки, у детей, воспитывающихся в условиях детского дома, формируется дефицит эмоционального интеллекта. Это становление происходит на фоне сильной уязвимости к различного рода психологическим и социальным стрессорам.

У подростков наблюдается ряд специфических характеристик, свидетельствующих о низком уровне эмоционального интеллекта. Они зачастую испытывают трудности в способности к формированию дружеских и интимных отношений, что приводит к затруднениям в создании и поддержании здоровых межличностных связей [13]. Часто демонстрируют недоверчивость, подозрительность и отстраненность. Проявление данных характеристик подчеркивает наличие глубоких психологических защитных механизмов, которые, в свою очередь, нередко оказываются незрелыми и неадекватными в условиях динамичной социальной среды [6].

Недостаток межличностных связей проявляется в трудностях с прогнозированием социальных ситуаций, что может приводить к неэффективному выбору стратегии поведения. Здесь можно отметить, что неадекватный прогноз различных социальных взаимодействий часто сопряжен с отсутствием опыта положительных взаимодействий, что, в свою очередь, затрудняет формирование адекватных представлений о нейтральных и позитивных аспектах межличностных отношений [1].

Таким образом, эмоциональный интеллект у подростков, проживающих в детском доме, характеризуется затруднениями в осознании собственных эмоций и окружающих людей, причин их возникновения и последствий, а также сложностями в управлении и регулировании их интенсивности и выражения.

1.3 Возможности использования театральной мастерской для развития эмоционального интеллекта у подростков, воспитанников детского дома

Эмоциональный интеллект является ключевым компонентом успешной социальной адаптации и психоэмоционального благополучия подростков, особенно тех, кто находится в условиях детских домов. В связи с этим требуется комплексная и целенаправленная работа специалистов, которые

могут оказать помощь: педагоги-психологи, социальные работники, медицинские сотрудники и представители отдела опеки попечительства.

Существуют разные подходы относительно возможностей развития эмоционального интеллекта у подростков. Так, ученые (Мэйер Дж., Сэловей П.) считают, что эмоциональный интеллект – это не природная склонность, которая имеет отношение к способности человека хорошо проявлять себя в каком-то конкретном навыке, а это и есть ряд сиюминутных, тактических, динамичных умений и навыков, которые можно применять в зависимости от ситуации. Следовательно, существует возможность развития уровня эмоционального интеллекта [29, 42].

Одним из эффективных средств развития эмоционального интеллекта у подростков, воспитанников детского дома, является организация театральной мастерской. Театральная мастерская представляет собой творческое пространство для исследования форм, содержания и техник театральной деятельности [32].

Театральная деятельность играет важную роль в формировании эмоционального интеллекта, который, включает такие компоненты как: понимание своих и чужих эмоций, управление своими и чужими эмоциями. Театральная мастерская предоставляет уникальные возможности для самовыражения, что в свою очередь, способствует развитию компонентов эмоционального интеллекта.

Характеристика театральной мастерской включает несколько ключевых аспектов, способствующих развитию эмоционального интеллекта у подростков, воспитанников детского дома. Во-первых, акцент на коллективном творчестве представляет собой основу работы в театральной среде. Подростки учатся работать в команде, что позволяет им делиться идеями и переживаниями. Такой опыт способствует развитию межличностных связей.

Во-вторых, театральная мастерская практикует открытость к экспериментам, что находит свое отражение как в выборе репертуара, так и в способах его реализации. Постановки могут варьироваться от классических

произведений до современных интерпретаций, что позволяет участникам свободно выражать себя. Театральная мастерская также предоставляет возможность подросткам развивать навыки эмпатии, так как они обучаются вживаться в образы своих персонажей, понимать мотивы и эмоции, присущие другим людям. Способность воспринимать, идентифицировать и анализировать эмоциональные состояния других людей является важным аспектом эмоционального интеллекта [17].

В условиях театральной мастерской, направленной на развитие эмоционального интеллекта у подростков, используются разнообразные методы. Согласно определению, предложенному Е.С. Синельниковой, арт-терапия представляет собой метод терапевтической работы, основанный на формировании и свободном выражении творческих импульсов, что позволяет подросткам выразить свои эмоциональные состояния и внутренние переживания через разные виды искусства [30].

Л.Л. Лебедева выделает следующие средства искусства: художественное, музыкальное и театральное. Акцентируя внимание на последнем, Л.Л. Лебедева отмечает, что в использование театрального искусства заложен психотерапевтический элемент, инициируемый творчеством, креативностью и свободой выражения (рисунок 2).

Л.Л. Лебедева подчеркивает, что именно театральная деятельность дает возможность подросткам в безопасной поддерживающей атмосфере экспериментировать с различными ролями и сценариями. Возможность принимать на себя различные роли позволяет участникам не только развивать актерские навыки, но и умения управлять и распознавать свои и чужие эмоции.

Кроме того, театральная деятельность способствует развитию навыков эмпатии, поскольку подростки учатся воспринимать эмоциональные реакции персонажей, которых они изображают. Это взаимодействие с вымышленными ситуациями и персонажами позволяет им лучше осознавать и анализировать реальные социальные взаимодействия [21].

Рисунок 2 – Механизм применения театрального искусства
(автор – Л.Л. Лебедева)

В своих научных исследованиях Г.В. Лаптева [19] акцентирует внимание на том, что театральная деятельность представляет собой сложный многогранный процесс, в который активно вовлекаются участники. Этот процесс включает в себя не только физическое исполнение ролей, но и глубокую эмоциональную и когнитивную работу. В данном процессе активизируются все компоненты эмоционального интеллекта.

В ходе театральной практики участники сталкиваются с необходимостью осознания и интерпретации различных эмоциональных состояний, как своих собственных, так и тех, которые они должны воспроизводить на сцене. Это взаимодействие способствует формированию и развитию их способности к восприятию и пониманию эмоциональных состояний других людей. Таким образом, театральная деятельность не только служит средством художественного самовыражения, но и выступает важным инструментом для развития компонентов эмоционального интеллекта [19].

М.И. Долженкова также добавляет, что театральная деятельность, как форма арт-терапии, играет важную роль в улучшении навыков саморефлексии

и осмысленного взаимодействия с окружающими. Этот аспект важен, поскольку в условиях современных социальных вызовов, подросткам необходимо не только понимать свои эмоции, но и адекватно взаимодействовать в различных социальных контекстах [10].

Методы актерской практики К.С. Станиславского, в условиях театральной мастерской, акцентируют внимание на эмоциях и их выражении через актерскую игру. Данные техники можно адаптировать для работы с подростками, что позволит им учиться понимать и выражать свои чувства. Упражнения на импровизацию и ролевые игры позволяют подросткам исследовать различные эмоциональные состояния и учиться правильно интерпретировать эмоции других, что способствует развитию эмпатии и самосознания [33].

В контексте реализации театральной мастерской эффективно применение метода изотерапии, который представляет собой практику, направленную на использование художественного самовыражения в качестве терапевтического средства. Данный метод базируется на концепции, согласно которой творческая деятельность, включая рисование и другие виды художественного выражения, служит инструментом для исследования и отображения внутреннего мира индивида.

При реализации метода изотерапии используются визуальные образы, способствующие эмоциональной разрядке и самопознанию. В рамках театральной мастерской данный подход может существенно обогатить опыт подростков, предоставляя им возможность выразить свои эмоции и чувства в безопасной и поддерживающей среде. Этот процесс позволяет участникам не только визуализировать свои внутренние переживания, но и осознавать и осмыслять их в контексте театрального творчества [7].

Игротерапия, как форма работы в рамках театральной мастерской основана на использовании игрового взаимодействия для создания для создания безопасной среды в которой участники могут исследовать и понять свои эмоции и эмоции окружающих.

Согласно мнению Ф. Куин, игровая среда представляет подросткам уникальную возможность для практики взаимодействия с другими людьми. Важность такой практики заключается в том, что через неформальные игровые форматы участники могут не только экспериментировать с различными ролями и сценариями, но и получать обратную связь о своих действиях и реакциях, что способствует более глубокому осознанию эмоционального контекста своих поведений.

В процессе участия в игровых упражнениях подростки имеют возможность отрабатывать навыки эмпатии, активно осваивая методы распознавания и интерпретации эмоциональных состояний как своих, так иокружающих, которые впоследствии оказывают положительное влияние на их социальное взаимодействие вне контекста театральной мастерской [41].

Обобщая вышеизложенное, мы можем сделать вывод, что театральная мастерская предоставляет уникальную платформу для подростков, позволяя им не только проявлять свои творческие способности, но и осваивать навыки взаимодействия с другими. В процессе театральной деятельности учащиеся могут погрузиться в различные роли, что способствует развитию способности понимать и разделять чувства других, а также эмпатии. Работа в команде, создание совместных постановок и участие в репетициях развивает не только коммуникативные навыки, но и может помочь подросткам осознать свои собсвтенные эмоции и научиться более эффективно выражать их.

Таким образом, в условиях театральной мастерской, подростки могут свободно проявлять, идентифицировать и интерпретировать свои эмоции и эмоции окружающих. Вследствие чего развиваются их навыки эмпатии, понимания и управления своих и чужих эмоций. Эмоциональный интеллект, включающий понимание своих и чужих эмоций, управление своими и чужими эмоциями, активно формируется через такие методы как арт-терапия, изотерапия, игротерапия и методы актерской практики.

2 ЭМПИРИЧЕСКОЕ ИССЛЕДОВАНИЕ ЭМОЦИОНАЛЬНОГО ИНТЕЛЛЕКТА У ПОДРОСТКОВ, ВОСПИТАННИКОВ ДЕТСКОГО ДОМА, И ВОЗМОЖНОСТИ ЕГО РАЗВИТИЯ ПОСРЕДСТВОМ ТЕАТРАЛЬНОЙ МАСТЕРСКОЙ

2.1 Организация и методы исследования. Анализ результатов первичной диагностики

Экспериментальное исследование эмоционального интеллекта у подростков проводилось на базе КГКУ «Лесосибирский детский дом им. Ф.Э. Дзержинского» в октябре 2024 г. – мае 2025 г.

Выборка представлена воспитанниками детского дома в количестве 10 человек, из них 6 мальчиков и 4 девочки. Возраст испытуемых – 14-17 лет.

Критерий включения: подростки, воспитанники детского дома возрасте от 12 до 17 лет без интеллектуальных нарушений, находившиеся в учреждении более 6 месяцев.

Критерий исключения: подростки, воспитанники детского дома, имеющие интеллектуальные нарушения, проживающие в учреждении менее 6 месяцев.

Этапы эмпирического исследования:

I этап (октябрь 2024 г.) – определение методов и выборки эмпирического исследования, проведение первичной диагностики эмоционального интеллекта у подростков, воспитанников детского дома, разработка занятий в условиях театральной мастерской, направленных на развитие эмоционального интеллекта.

II этап (октябрь 2024 г. – апрель 2025 г.) – организация и реализация развивающей работы.

III этап (май 2025 г.) – проведение повторной диагностики эмоционального интеллекта у подростков, воспитанников детского дома, анализ полученных результатов исследования, определение эффективности развивающей работы с подростками, проживающими в детском доме.

В качестве диагностического инструментария мы использовали методику «Определение уровня эмоционального интеллекта» (автор – Н. Холл), опросник «Эмоциональный интеллект» (автор – Д.В. Люсин).

Опишем содержание методик.

1. Методика «Определение уровня эмоционального интеллекта» (автор – Н. Холл) [35].

Цель – выявление способностей человека управлять и осознавать собственные эмоции, а также его способности к коммуникации и пониманию чувств других людей.

В результате обработки полученных ответов выявляются шкалы эмоционального интеллекта: эмоциональная осведомленность, управление своими эмоциями, самомотивация, эмпатия, распознавание эмоций других людей.

2. Опросник «Эмоциональный интеллект» (автор – Д.В. Люсин) [23].

Цель – измерение эмоционального интеллекта.

Методика включает следующие шкалы: межличностный эмоциональный интеллект (далее – МЭИ), внутриличностный эмоциональный интеллект (далее – ВЭИ), понимание эмоций (далее – ПЭ), управление эмоциями (далее – УЭ). Данные сокращения используются на рисунке 8. Также в методику входят субшкалы: понимание чужих эмоций, управление чужими эмоциями, понимание своих эмоций, управление своими эмоциями, контроль экспрессии.

Ниже представим результаты экспериментального исследования эмоционального интеллекта воспитанников детского дома.

Для выявления способностей человека управлять и осознавать собственные эмоции, а также его способностей к коммуникации и пониманию чувств других людей, мы воспользовались методикой «Определение уровня эмоционального интеллекта» (автор – Н. Холл) [35]. Результаты исследования представлены в таблице 3, на рисунках 3-7.

Таблица 2 – Результаты диагностики воспитанников детского дома по методике «Определение уровня эмоционального интеллекта» (автор – Н. Холл)

№	Эмоциональная осведомленность		Управление своими эмоциями		Самомотивация		Эмпатия		Управление эмоциями других	
	балл	уровень	балл	уровень	балл	уровень	балл	уровень	балл	уровень
1	17	н	8	н	10	н	19	н	22	н
2	20	н	10	н	12	н	29	ср	25	ср
3	26	ср	11	н	20	н	15	н	20	н
4	26	ср	29	ср	10	н	15	н	18	н
5	10	н	12	н	12	н	10	н	20	н
6	29	ср	9	н	28	ср	10	н	29	ср
7	28	ср	28	ср	12	н	27	ср	12	н
8	21	н	15	н	11	н	15	н	30	ср
9	10	н	15	н	9	н	19	н	15	н
10	22	н	10	н	9	н	8	н	15	н

Условные обозначения:

н – низкий уровень; ср – средний уровень.

Ниже, на рисунке 3, представлены результаты исследования подростков по шкале «Эмоциональная осведомленность».

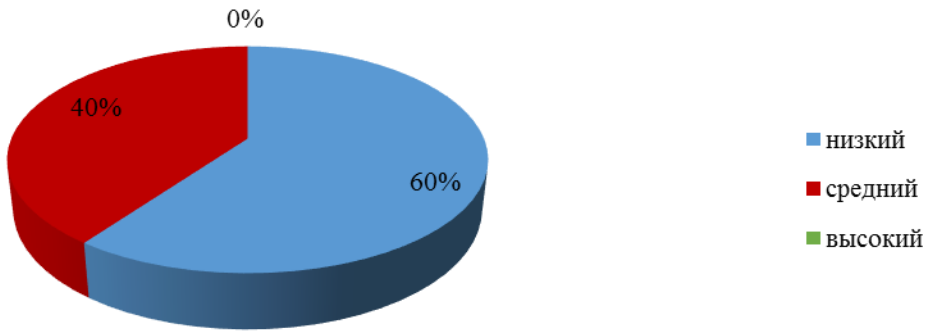

Рисунок 3 – Результаты исследования подростков по методике «Определение уровня эмоционального интеллекта» (автор – Н. Холл) (шкала «Эмоциональная осведомленность»)

Анализируя результаты исследования, полученные по шкале «Эмоциональная осведомленность», представленные в таблице 3 и на рисунке 3, выявлено, что у 60 % участников исследования наблюдается низкий уровень эмоциональной осведомленности, что характеризуется недостаточным пониманием и осознанием собственных эмоций.

В то же время, у 40 % опрошенных отмечается средний уровень эмоциональной осведомленности. Они иногда лучше понимают свои эмоции и более информированы о своем внутреннем состоянии.

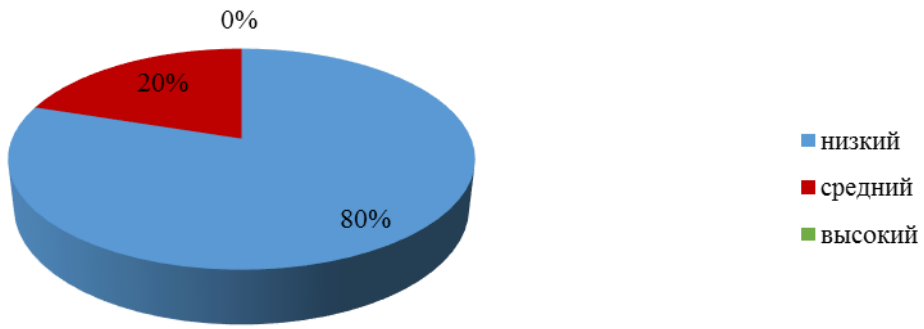

Рисунок 4 – Результаты исследования подростков по методике «Определение уровня эмоционального интеллекта» (автор – Н. Холл)
(шкала «Управление своими эмоциями»)

Проанализировав результаты по шкале «Управление своими эмоциями» (рисунок 4), можно отметить, что большинству (80 %) участников исследования не присущи эмоциональная отзывчивость и гибкость эмоций, что указывает на их низкий уровень в этой области. Однако, для 20 % опрошенных характерно проявление произвольного контроля над собственными эмоциями, что указывает на средний уровень управления эмоциями.

Результаты исследования по шкале «Самомотивация» представлены ниже, на рисунке 5.

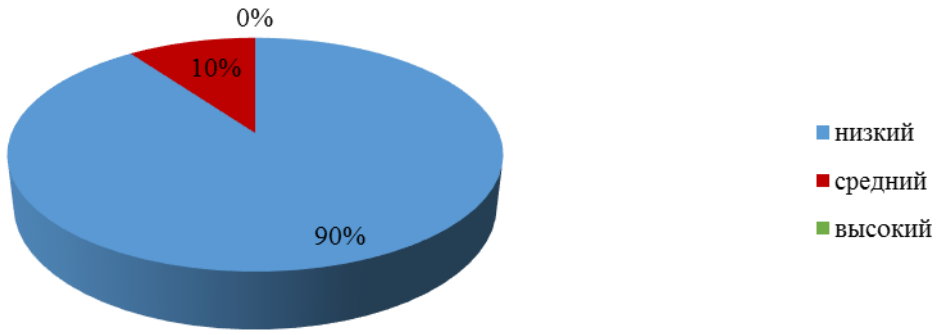

Рисунок 5 – Результаты исследования подростков по методике «Определение уровня эмоционального интеллекта» (автор – Н. Холл) (шкала «Самомотивация»)

Мы отмечаем, что по результатам исследования по шкале «Самомотивация» большинство испытуемых (90 %) не могут контролировать свое поведение с помощью управления своими эмоциями. Только 10 % опрошенных способны иногда регулировать свое поведение с помощью своих эмоций.

Согласно результатам диагностики, по шкале «Эмпатия» (рисунок 6), для 80 % респондентов является невозможным понимание эмоций других людей, умение сопереживать другому. Таким детям тяжело понять человека по его и невербальному поведению. Также 20 % испытуемых с трудом, но могут понять человека, проявить эмпатию и оказать поддержку.

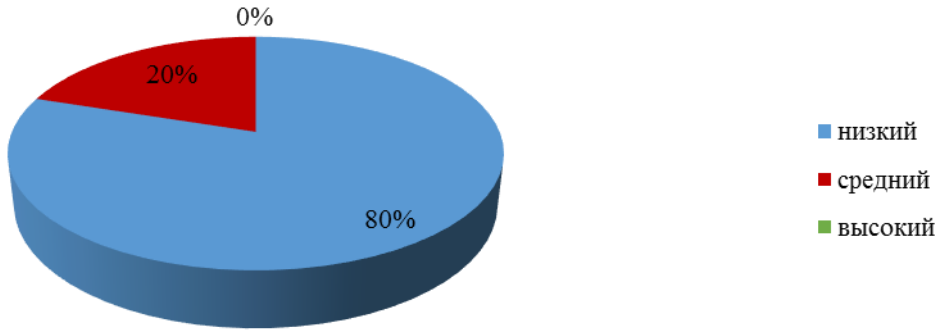

Рисунок 6 – Результаты исследования подростков по методике «Определение уровня эмоционального интеллекта» (автор – Н. Холл) (шкала «Эмпатия»)

Проанализировав результаты исследования по шкале «Управление эмоциями других» (рисунок 7), нами установлено, что 70 % испытуемых характеризуются низким уровнем умения влиять на эмоции других людей. В то же время у 30 % опрошенных обнаружен средний уровень способности воздействовать на эмоциональное состояние собеседников.

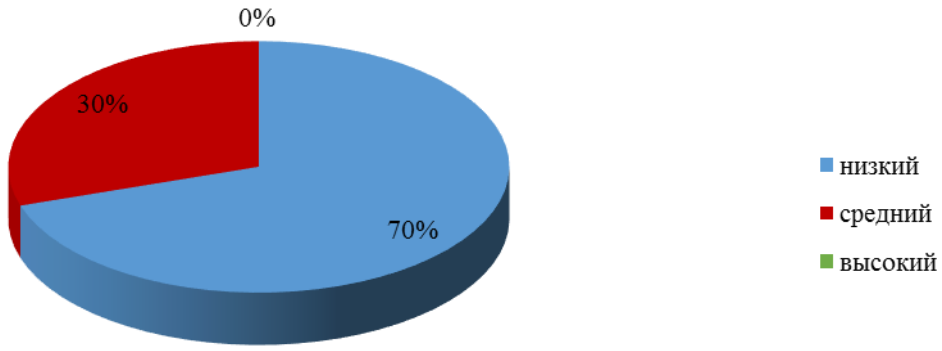

Рисунок 7 – Результаты исследования подростков по методике «Определение уровня эмоционального интеллекта» (автор – Н. Холл)
(шкала «Управление эмоциями других»)

Таким образом, исходя из результатов исследования по методике «Определение уровня эмоционального интеллекта» (автор – Н. Холл), представленных в таблице 2 и на рисунках 3-7, мы можем сделать вывод о том, что у большинства респондентов выявлен низкий уровень эмоционального интеллекта по всем шкалам. Данные показатели свидетельствуют о недостаточно развитом эмоциональном интеллекте у респондентов. Соответственно испытуемым тяжело понимать и управлять своими и чужими эмоциями.

Для измерения эмоционального интеллекта нами использован опросник «Эмоциональный интеллект» (автор – Д.В. Люсин) [24]. Результаты исследования представлены в приложении А, на рисунке 8.

По результатам анализа по шкале «МЭИ» (рисунок 8) обнаружено, что 90 % участников исследования имеют сложности с пониманием и управлением

эмоциями других людей. Только 10 % респондентов могут иногда определять эмоциональное состояние собеседника по их внешним проявлениям или интуиции, и при этом выражают способность манипулировать эмоциями и контролировать их.

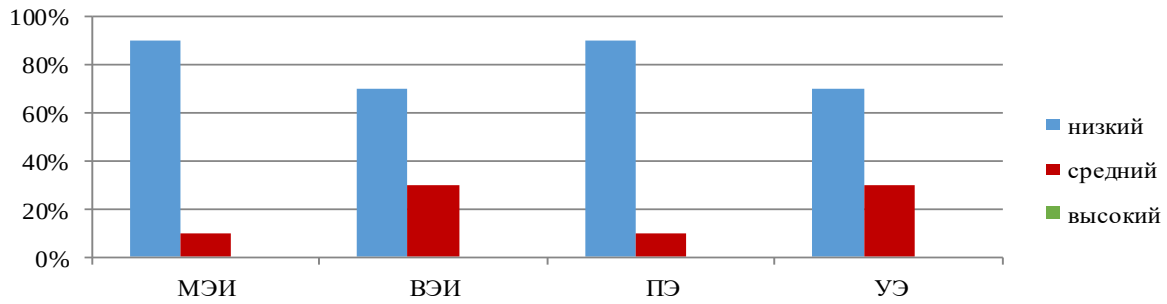

Рисунок 8 – Результаты исследования подростков по опроснику «Эмоциональный интеллект» (автор – Д.В. Люсин)

На основании анализа данных по шкале «ВЭИ» можно заключить, что большинству респондентов (70 %) не характерно понимание собственных эмоций и контроль над ними. В то же время для 30 % испытуемых иногда присуща способность распознавать собственные эмоции, управлять ими, поддерживать положительные и контролировать негативные.

В ходе анализа результатов по шкале «ПЭ» выявлено, что 90 % участников исследования имеют низкий уровень. Это свидетельствует о том, что они испытывают трудности в распознавании эмоций. Однако для 10 % респондентов характерен средний уровень по данной шкале. Данный факт означает, что они способны в некоторых случаях распознавать и идентифицировать эмоции, как свои, так и чужие.

Анализируя результаты исследования по шкале «УЭ», мы пришли к выводу, что 70 % воспитанникам трудно контролировать внешние проявления своих эмоций. Также для 30 % респондентов контроль проявления эмоций является возможным.

Таким образом, исходя из результатов исследования по опроснику «Эмоциональный интеллект» (автор – Д.В. Люсин), представленных в приложении А и на рисунке 7, мы можем сделать вывод о том, что по всем шкалам выявлены низкий и средний уровни, что свидетельствует о недостаточно развитом эмоциональном интеллекте.

Обобщая результаты исследования, полученные по методикам «Определение уровня эмоционального интеллекта» (автор – Н. Холл), «Эмоциональный интеллект» (автор – Д.В. Люсин), мы можем сделать вывод, что у всех 10 испытуемых рассматриваемой выборки эмоциональный интеллект развит на недостаточном уровне. Следовательно, для данных респондентов необходима организация психологической работы, направленной на развитие способностей понимания и управления своих и чужих эмоций, а также эмпатии.

2.2 Описание и принципы организации театральной мастерской

Для осуществления развивающей работы с подростками, воспитанниками детского дома, с недостаточно развитым эмоциональным интеллектом, нами разработаны занятия театральной мастерской.

Цель занятий: создание условий для развития эмоционального интеллекта у подростков, воспитанников детского дома, посредством театральной мастерской.

Задачи:

- способствовать развитию понимания и управления своих эмоций;
- развивать эмпатию, углубленное понимание чувств и переживаний других людей;
- содействовать развитию навыков управления и распознавания чужих эмоций.

Принципы осуществления системы занятий:

- принцип единства диагностической и коррекционной работы;
- деятельностный принцип;

- принцип учета возрастных и личностных особенностей экспериментальной группы.

При разработке содержания занятий театральной мастерской (приложение Б) использованы психолого-педагогические программы, направленные на развитие эмоционального интеллекта у подростков, воспитанников детского дома, И.А. Бердниковой, Ф. Куин, Г.В. Лаптевой, Л.Д. Лебедевой, К. Локер, К.С. Станиславского [4, 19, 21, 33, 40, 41].

Нами разработаны 17 занятий, в рамках которых учитываются возрастные особенности подростков 12-17 лет, описанные в параграфе 1.2. Содержание встреч в театральной мастерской определяются целями и имеют различную структуру. Каждое развивающее и рефлексивное занятие содержат следующую структуру: приветствие, основная часть, заключительная часть. На репетициях проводятся индивидуальные и групповые встречи, целью которых является осознание своих эмоций и взаимодействие воспитанников с эмоциями других людей, через практическое освоение навыков саморегуляции и эмпатии. Также при реализации занятий используются разные виды театральной деятельности и демонстрация их отличий. Ниже, в таблице 3, представлено содержание занятий театральной мастерской.

Таблица 3 – Содержание занятий театральной мастерской

№	Название мероприятия	Цель	Содержание	Срок
1.	Первичная диагностика	Изучение уровня развития эмоционального интеллекта у подростков, воспитанников детского дома	Методика «Определение уровня эмоционального интеллекта» (автор – Н. Холл), «Эмоциональный интеллект» (автор – Д.В. Люсин)	Октябрь
2.	Вводное занятие «Мои возможности»	Создание условий для формирования у участников навыков самосознания, саморегуляции, социальной осведомленности и навыков межличностных	1. Приветствие и знакомство 2. Упражнение «Мое имя» 3. Упражнение «Я могу» 4. Прощание	Октябрь

Продолжение таблицы 3

№	Название мероприятия	Цель	Содержание	Срок
		отношений		
3.	Групповые репетиции	Создание условий для подготовки участников системы занятий к эффективному взаимодействию с другими людьми через практическое освоение навыков эмоциональной осознанности, саморегуляции и эмпатии	1. Приветствие 2. Репетиция 3. Прощание	Ноябрь-февраль
4.	Индивидуальные репетиции	Создание условий для формирования и укрепления личностных навыков работы с эмоциями через индивидуальные практики	1. Приветствие 2. Репетиция 3. Прощание	Ноябрь-февраль
5.	Изготовление декораций	Создание условий для развития навыков общения и взаимодействия с другими людьми посредством изготовления декораций	1. Приветствие 2. Обсуждение действий 3. Подготовка рабочего места 4. Изготовление декораций. 5. Прощание	Ноябрь-февраль
6.	Чтение сценария кукольного спектакля «Загадка Нового Года»	Создание условий для развития способности понимать и сопереживать эмоциям других людей через чтение сценария кукольного спектакля	1. Приветствие 2. Чтение 3. Упражнение «Пожелания в копилку» 4. Прощание	Ноябрь
7.	Занятие «Живи разными эмоциями»	Создание условий для выражения и распознавания эмоций посредством игры «EQ»	1. Приветствие 2. Упражнение «Мим» 3. Упражнение «Анализ утра» 4. Игра «EQ» 5. Упражнение «Мим»	Ноябрь
8.	Кукольный спектакль «Загадка Нового Года»	Создание условий для формирования у участников навыков самосознания и саморегуляции посредством показа спектакля, с акцентом на его уникальные особенности	1. Приветствие 2. Показ 3. Прощание	Январь
9.	Рефлексивное занятие «Глазами куклы»	Создание условий для развития компонентов эмоционального интеллекта через анализ	1. Приветствие 2. Упражнение «Эмоциональный круг» 3. Упражнение «Глазами	Февраль

Продолжение таблицы 3

№	Название мероприятия	Цель	Содержание	Срок
		переживаний и эмоций подростков, воспитанников детского дома	куклы» 4. Упражнение «Новое»	
10.	Чтение сценария теневого спектакля «Жил на свете Слоненок»	Создание условий для развития способности понимать и сопереживать эмоциям других людей через чтение сценария теневого спектакля	1. Приветствие 2. Обсуждение 3. Прощание	Февраль
11.	Занятие «Теневой спектакль»	Создание условий для формирования у участников навыков адекватного выражения эмоций в различных ситуациях посредством показа сценария, с акцентом на его уникальные особенности	1. Приветствие 2. Показ 3. Прощание	Март
12.	Рефлексивное занятие «Эмоции со мной»	Создание условий для ознакомления участников с методами самоконтроля и саморегуляции эмоций	1. Приветствие 2. Упражнение «Показ эмоций» 3. Упражнение «Эмоциональная лестница» 4. Прощание	Март
13.	Занятие «Пантомима»	Создание условий для развития способности понимать и сопереживать эмоциям других людей через просмотр записи пантомим	1. Приветствие 2. Просмотр пантомим 3. Упражнение «Жидкое тело» 4. Упражнение «Стоп-кадр» 5. Рефлексия 6. Прощание	Апрель
14.	Мастер-класс «Вхождение в роль»	Создание условий для развития способности понимать и сопереживать эмоциями других людей через знакомство воспитанников детского дома со специалистом	1. Приветствие 2. Упражнение «Имя» 3. Упражнение «Слово-движение» 4. Упражнение «Звуковая история» 5. Упражнение «Азбука» 6. Прощание	Апрель
15.	Рефлексивное занятие «Я актер!»	Создание условий для формирования у подростков навыков саморегуляции, социальной осведомленности и навыков	1. Приветствие 2. Упражнение «Мим» 3. Упражнение «Открой» 4. Упражнение «Пожелания в копилку»	Апрель

Окончание таблицы 3

№	Название мероприятия	Цель	Содержание	Срок
		межличностных отношений, посредством анализа собственных переживаний и эмоций	5. Упражнение «Благодарность» 6. Прощание	
16.	Повторная диагностика	Определение эффективности разработанной системы занятий, направленной на развитие эмоционального интеллекта у подростков, воспитанников детского дома	Методика «Определение уровня эмоционального интеллекта» (автор – Н. Холл), «Эмоциональный интеллект» (автор – Д.В. Люсин)	Май

Рассмотрим одно занятие в качестве примера.

Вводное занятие «Мои возможности»

Цель: создание условий для формирования у участников навыков самосознания, саморегуляции, социальной осведомленности и навыков межличностных отношений

Время проведения: 40 минут.

Материалы и оборудование: сценарии спектаклей.

План мероприятия:

1. Вступительная часть (5 мин)

1.1 Вступительное слово

1.2 Знакомство

2. Основная часть (35 мин)

2.1 Обсуждение и выбор спектакля

3. Заключительная часть

3.1 Подведение итогов

Ход занятия:

1. Вступительная часть

Приветствие и знакомство

- Добрый день! Меня зовут Полина Алексеевна.

Упражнение «Мое имя»

Цель: знакомство с участниками занятий в раммках театральной мастерской.

- А теперь я предлагаю вам представиться, и сделать это необычно. Пусть каждый из вас произнесёт своё имя как-нибудь интересно. Можно менять голос (шептать или кричать), делать различные движения, двигать руками и ногами, сочинить про себя маленький стишок, можно рассмешить или напугать нас всех.

- Ну что ж, есть смелые? Кто хочет представиться?

- Молодцы, вы все представились и показали мини-сценку о себе. На наших встречах мы будем с вами учиться выражать свои эмоции и чувства через театр.

- Будем репетировать спектакли, наряжаться в костюмы, показывать свои номера вашим сверстникам, товарищам и воспитателям, а также посетим настоящий театр и будем учиться актерскому мастерству у профессионалов.

2. Основная часть

- А вы ходили в театр? На какую постановку? Какие эмоции вы чувствовали, когда смотрели?

- А какие жанры, виды постановок вы знаете? Какой жанр был у той постановки, которую вы видели?

(Кукольный театр, теневой театр, пантомима, комедия).

Кукольный театр – вид театрального искусства, где актёров заменяют управляемые людьми куклы.

Теневой театр – вид театрального искусства, где соединяются элементы театральной постановки, графики и мультипликации. Особенностью данного вида является то, что тени могут быть созданы с помощью различных источников света и фигур из бумаги, или собственными руками.

Пантомима – вид театрального искусства без слов, в котором чувства и мысли действующих лиц выражаются жестами, мимикой.

Комедия – вид театрального искусства с весёлым, смешным или сатирическим сюжетом. Она предназначена для высмеивания различных сторон общественной жизни, ситуаций, человеческих характеров.

- Какой из видов вам больше всего понравился? Видели постановки с данными видами театрального искусства? А в каком виде/жанре сложнее выразить эмоции? Почему?

3. Заключительная часть

- Как вы считаете, сможете ли вы быть участником постановки?

- Какие качества вам помогут в реализации?

- А какие могут вам мешать?

- Что нужно изменить в себе, чтобы участвовать?

Упражнение «Я могу»

Цель: поиск внутренних ресурсов для принятия участия в спектакле

- Предлагаю всем закончить фразу «Я могу быть актером постановок потому что я… (эмоциональная, открытая, полна сил)».

- Спасибо всем за участие. Сегодня мы с вами узнали о таких видах постановок, как кукольный театр, теневой театр, пантомима, комедия. До свидания!

Полное содержание занятий представлено в Приложении Б.

Таким образом, можно сделать вывод, что разработанные нами занятия театральной мастерской могут способствовать развитию эмоционального интеллекта у подростков, воспитанников детского дома. Анализ результатов повторной диагностики уровня развития эмоционального интеллекта у подростков, воспитанников детского дома, представлен ниже.

2.3 Сопоставительный анализ результатов первичной и повторной диагностики

Нами проведен анализ повторной диагностики развития эмоционального интеллекта у подростков, воспитанников детского дома, после реализации занятий в условиях театральной мастерской. Результаты повторной диагностики по методикам: «Определение уровня эмоционального интеллекта» (автор – Н. Холл), «Эмоциональный интеллект» (автор – Д.В. Люсин) представлены в приложении В, рисунках 9-16.

На основании результатов, полученных при первичной и повторной диагностике по методике «Определение уровня эмоционального интеллекта» (автор – Н. Холл), нами сделаны следующие выводы.

Ниже, на рисунке 9, представлены результаты по методике «Определение уровня эмоционального интеллекта» (автор – Н. Холл) по шкале «Эмоциональная осведомленность»

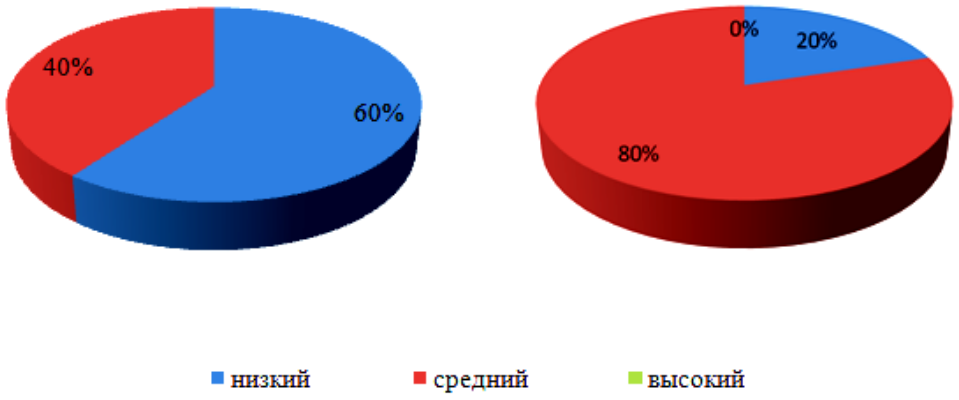

Рисунок 9 – Результаты первичной и повторной диагностики подростков по методике «Определение уровня эмоционального интеллекта» (автор – Н. Холл) (шкала «Эмоциональная осведомленность»)

По результатам первичной и повторной диагностики мы выяснили, что по шкале «Эмоциональная осведомленность» (рисунок 9) ни у одного респондента

не был выявлен высокий уровень. У 6 человек (60 %) при первичной диагностике наблюдался низкий уровень эмоциональной осведомленности, а при повторной - у 2 опрошенных (20 %). Таким воспитанникам не присуще понимание и осознание своих эмоций. Анализируя результаты первичной диагностики, у 4 респондентов (40 %) выявлен средний уровень, а при повторной диагностике – у 8 испытуемых (80 %). Данный факт свидетельствует о том, что они обладают навыками понимания и осознания собственных эмоций. Анализируя полученные результаты, мы констатируем, что после проведенных занятий в рамках театральной мастерской, уменьшилось число опрошенных с показателем «низкий уровень» с 60 % до 20 %, увеличилось число респондентов со средними показателями с 40 % до 80 %.

На рисунке 10, представлены результаты по шкале «Управление своими эмоциями».

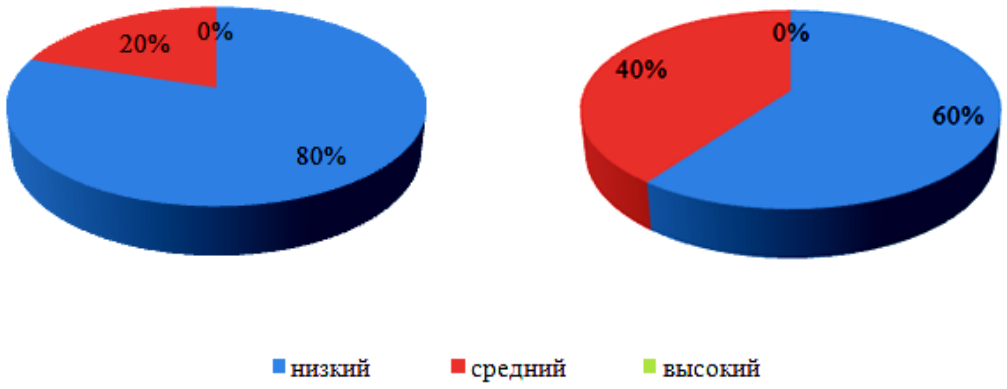

Рисунок 10 – Результаты первичной и повторной диагностики подростков по методике «Определение уровня эмоционального интеллекта» (автор – Н. Холл) (шкала «Управление своими эмоциями»)

Проанализировав результаты первичной и повторной диагностики по шкале «Управление своими эмоциями», высокий уровень не выявлен. Мы констатируем, что при первичной диагностике у 8 испытуемых (80 %)

диагностирован низкий уровень, а при повторном обследовании данный уровень выявлен у 6 респондентов (60 %). Таким подросткам тяжело управлять своими эмоциями. Анализируя результаты первичной диагностики, нами обнаружен у 20 % респондентов (2 чел.) средний уровень, а при повторной диагностике – у 40 % (4 чел.). Данный факт свидетельствует о том, что таким людям доступно управление своими эмоциями в зависимости от ситуации. Мы отмечаем, что после проведенных занятий в условиях театральной мастерской, уменьшилось число испытуемых с низкими показателями с 80 % до 60 %, а также увеличилось число респондентов с показателем «средний уровень» с 20 % до 40 %.

Сопоставляя результаты первичной и повторной диагностики по шкале «Самомотивация», мы констатируем, что после проведенных занятий в условиях театральной мастерской, показатели остались неизменными по всем уровням.

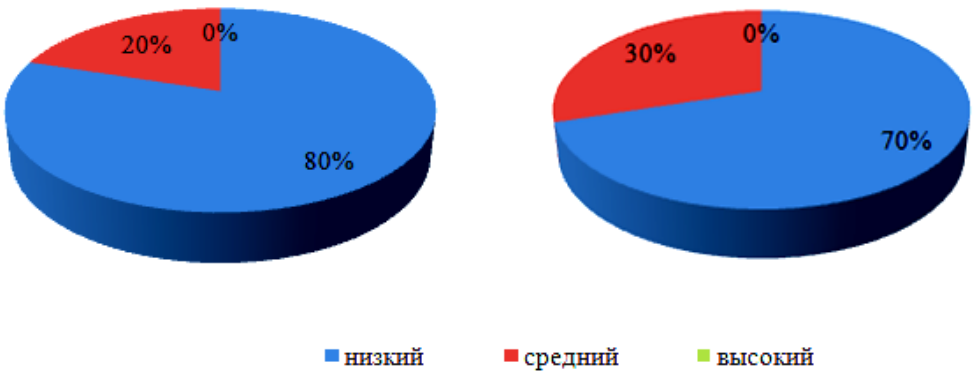

Рисунок 11 – Результаты первичной и повторной диагностики подростков по методике «Определение уровня эмоционального интеллекта» (автор – Н. Холл) (шкала «Эмпатия»)

По результатам первичной диагностики по шкале «Эмпатия» нами выявлено, что у 80 % испытуемых (8 чел.) диагностирован низкий уровень (рисунок 11), а при повторной диагностике – у 70 % (7 чел.). Таким людям

тяжело проявлять навыки эмпатии. Мы констатируем, что при первичной диагностике для 2 испытуемых (20 %) характерен средний уровень, а при повторной – для 3 респондентов (30%). Данные показатели свидетельствуют о том, что для опрашиваемых характерно проявление эмпатии и оказание поддержки окружающим. Мы отмечаем, что после проведенных занятий в условиях театральной мастерской, уменьшилось число испытуемых с низкими показателями с 80 % до 70 %, а также увеличилось число респондентов с показателем «средний уровень» с 20 % до 30 %.

Результаты первичной и повторной диагностики по шкале «Управление своими эмоциями» представлены ниже, на рисунке 12.

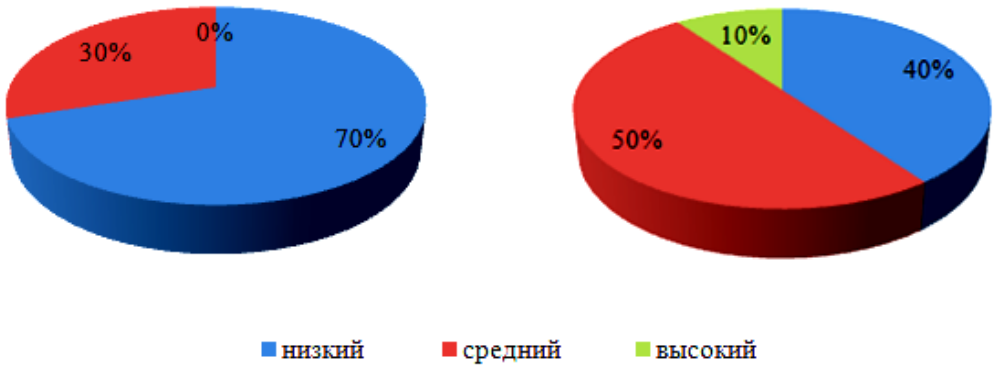

Рисунок 12 – Результаты первичной и повторной диагностики подростков по методике «Определение уровня эмоционального интеллекта» (автор – Н. Холл) (шкала «Управление эмоциями других»)

Проанализировав результаты первичной диагностики по шкале «Управление эмоциями других», нами установлено, что 70 % испытуемых (7 чел.) характеризуются низким уровнем умения влиять на эмоции других людей, а при повторной диагностике данный показатель выявлен у 30 % (3 чел.). Также при первичной диагностике для 4 опрошенных (40 %) типичен средний уровень, а при повторной диагностике для 5 респондентов (50 %) характерен

средний уровень способности воздействовать на эмоциональное состояние собеседников. По результатам повторной диагностики выявлен 1 респондент (10 %) с высоким уровнем. Респондент хорошо умеет влиять на эмоции других людей. Анализируя полученные результаты, мы констатируем, что после проведенных занятий в рамках театральной мастерской, уменьшилось число опрошенных с показателем «низкий уровень» с 70 % до 40 %, увеличилось число респондентов со средними показателями с 30 % до 50 %, а также увеличилось число испытуемых с высоким показателем с 0 % до 10 %.

Проанализировав результаты первичной и повторной диагностики подростков, воспитанников детского дома, по опроснику «Эмоциональный интеллект» (автор – Д.В. Люсин) мы можем сделать следующие выводы.

Результаты первичной и повторной диагностики по шкале «МЭИ» представлены ниже, на рисунке 13.

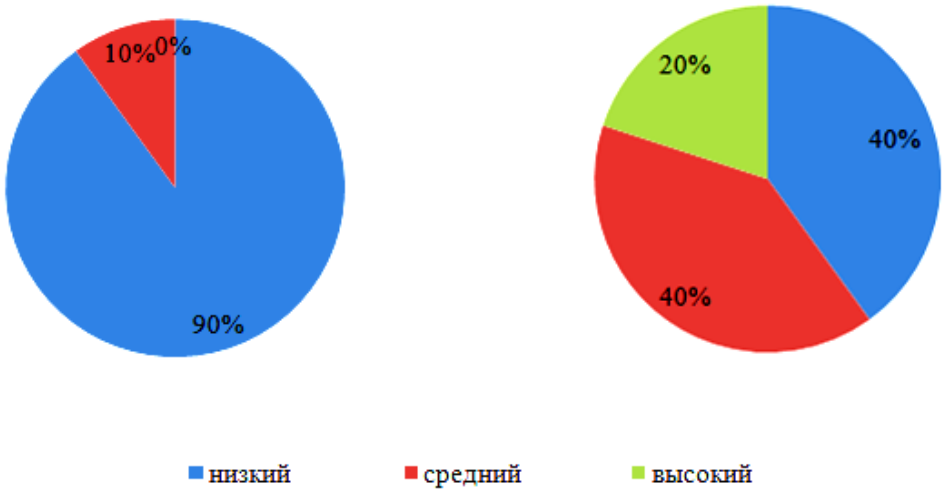

Рисунок 13 – Результаты первичной и повторной диагностики подростков по опроснику «Эмоциональный интеллект» (автор – Д.В. Люсин) (шкала «МЭИ»)

Характеризуя результаты первичной диагностики, полученные по шкале «МЭИ», отмечаем, что у 90 % испытуемых (9 чел.) выявлен низкий уровень, а при повторной диагностике у – 40 % (4 чел.). Данным респондентам тяжело определить эмоциональное состояние собеседника по их внешним проявлениям. При первичной диагностике у 1 опрошенного (10 %) выявлен средний уровень, при повторной у – 4 испытуемых (40 %). Такие люди время от времени могут идентифицировать невербальные проявления окружающих. При анализе результатов повторной диагностики выявлено, что для 2 опрошенных (20 %) характерен высокий уровень способности распознавать эмоциональные состояния людей по внешнему проявлению, манипулировать эмоциями и контролировать их. Сопоставляя полученные результаты после реализации занятий театральной мастерской с первичной диагностикой, мы отмечаем, что уменьшилось число испытуемых с низкими показателями с 90 % до 40 %, а также увеличилось число опрошенных с показателем «средний уровень» с 10 % до 40 %, увеличилось число испытуемых с высоким показателем с 0 % до 20 %.

Результаты первичной и повторной диагностики подростков по шкале «ВЭИ» представлены на рисунке 14.

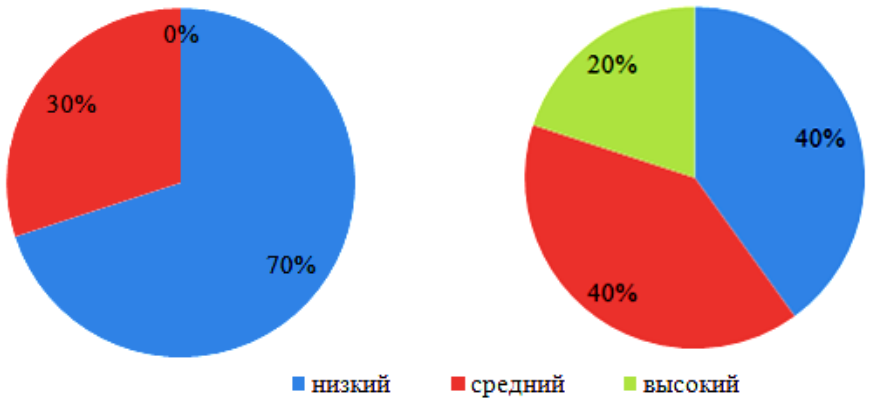

Рисунок 14 – Результаты первичной и повторной диагностики подростков по опроснику «Эмоциональный интеллект» (автор – Д.В. Люсин)
(шкала «ВЭИ»)

Проанализировав данные первичной диагностики по шкале «ВЭИ», можно заключить, что у 7 респондентов (70 %) диагностирован низкий уровень, а при повторной диагностике – у 4 испытуемых (40 %). Следовательно, у данной выборки недостаточно развит навык понимания и контроля своих эмоций. Обобщая результаты первичной диагностики, мы констатируем, что выявлен средний уровень у 3 испытуемых (30 %). По результатам данных повторной диагностики обнаружен средний уровень у 4 респондентов (40 %). Отмечаем, что им иногда присуща способность распознавать собственные эмоции, управлять ими. Также констатируем факт, что по результатам повторной диагностики для 2 опрошенных (20 %) характерен высокий уровень распознавания собственных эмоций, управления ими, поддерживания положительных и контроля негативных. Анализируя полученные результаты, мы установили, что после проведенных занятий в рамках театральной мастерской, уменьшилось число опрошенных с показателем «низкий уровень» с 70 % до 40 %, увеличилось число респондентов со средними показателями с 30 % до 40 %, а также увеличилось число испытуемых с высоким показателем с 0 % до 20 %.

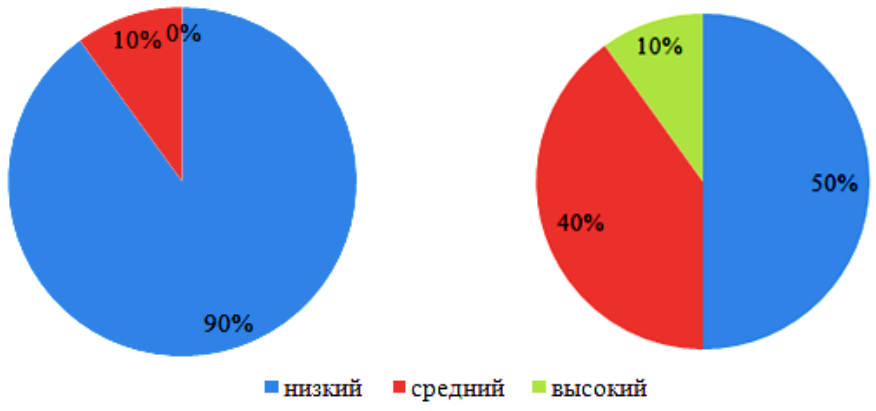

Рисунок 15 – Результаты первичной и повторной диагностики подростков по опроснику «Эмоциональный интеллект» (автор – Д.В. Люсин)
(шкала «ПЭ»)

В ходе анализа результатов первичной диагностики по шкале «ПЭ» (рисунок 15) выявлено, что 90 % участников (9 чел.) исследования имеют низкий уровень, а при повторной диагностике – 50 % испытуемых (5 чел.). Данный факт свидетельствует о том, что они испытывают трудности в распознавании эмоций. Проанализировав результаты первичной диагностики, нами выявлен 1 респондент (10 %) со средним уровнем, а при повторной диагностике – 4 испытуемых (40 %). Такие люди иногда, в зависимости от ситуации, могут проявлять умение распознавать эмоций. Мы констатируем, что по результатам повторной диагностики, нами обнаружен 1 испытуемый с высоким уровнем умения распознавания и идентификации эмоций. Сопоставляя полученные данные, мы установили, что после проведенных занятий в условиях театральной мастерской, уменьшилось число опрошенных с низким показателем с 90 % до 50 %, увеличилось число респондентов со средними показателями с 10 % до 40 %, а также увеличилось число испытуемых с высоким показателем с 0 % до 10 %.

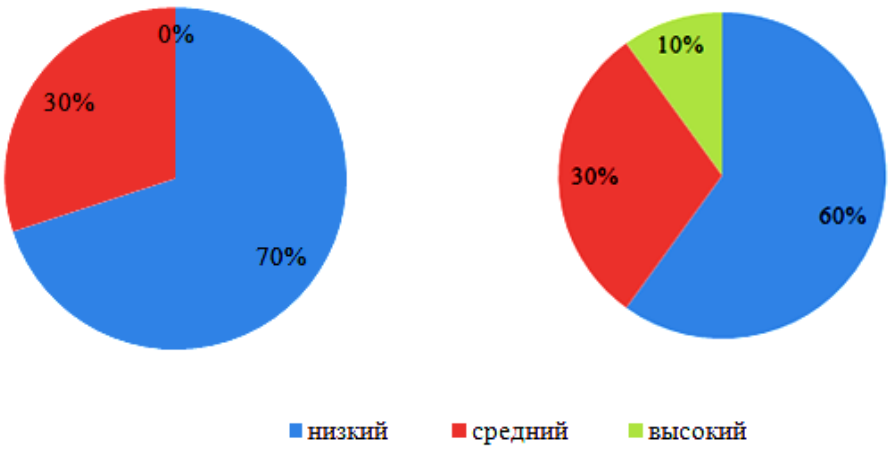

Рисунок 16 – Результаты первичной и повторной диагностики подростков по опроснику «Эмоциональный интеллект» (автор – Д.В. Люсин) (шкала «УЭ»)

Анализируя результаты первичного исследования по шкале «УЭ» изображенных на рисунке 16, мы пришли к выводу, что для 70 % воспитанников (7 чел.) характерен низкий уровень, а при повторной диагностике – для 60 % (6 чел.). Таким испытуемым трудно контролировать внешние проявления своих эмоций. Мы отмечаем, что по результатам первичной и повторной диагностики нами выявлены 3 респондента (30 %) со средним уровнем. Данный факт свидетельствует о том, что контроль проявления эмоций для них доступен, но затруднен. По результатам повторного исследования, для 1 респондента (10 %) характерен высокий уровень контроля эмоций. Анализируя данные, мы установили, что после проведенных занятий в рамках театральной мастерской, уменьшилось число опрошенных с низким показателем с 70 % до 60 %, остался неизменным показатель «средний уровень» у 30 %, а также увеличилось число испытуемых с высоким показателем с 0 % до 10 %.

Обобщая полученные результаты первичной и повторной диагностики по методике «Определение уровня эмоционального интеллекта» (автор – Н. Холл), по опроснику «Эмоциональный интеллект» (автор – Д.В. Люсин), мы отмечаем, что повысились показатели у 4 опрошенных (40 %) по шкале «Эмоциональная осведомленность», у 2 респондентов (20 %) по шкале «Управление своими эмоциями», 1 испытуемого (10 %) по шкале «Эмпатия», у 4 воспитанников (40 %) по шкале «Управление эмоциями других»; у 6 опрошенных (60 %) возросли значения по шкале «Межличностный эмоциональный интеллект», у 4 респондентов (40 %) по шкале «Внутриличностный эмоциональный интеллект», у 5 участников (50 %) по шкале «Понимание эмоций», у 2 воспитанников (20 %) по шкале «Управление эмоциями».

Результаты первичной и повторной диагностики подростков подвергнуты статистическому анализу с использованием Т-критерия Вилкоксона, представленные в приложении Г, в ходе которого установлены статистически значимые различия по всем шкалам при уровне значимости $p \leq 0,05$.

Сопоставляя результаты первичной и повторной диагностики, мы подтверждаем нашу гипотезу о том, что развитие эмоционального интеллекта у подростков, проживающих в детском доме, возможно в условиях театральной мастерской.

ЗАКЛЮЧЕНИЕ

Проанализировав психолого-педагогическую литературу, мы пришли к выводу, что существует множество подходов к пониманию проблемы развития эмоционального интеллекта. Вслед за Д.В. Люсиным, мы определяем эмоциональный интеллект как способность человека понимать свои и чужие эмоции, а также управлять ими.

Эмоциональный интеллект у подростков, проживающих в детском доме, характеризуется затруднениями в осознании собственных эмоций и окружающих людей, причин их возникновения и последствий, а также сложностями в управлении и регулировании их интенсивности и выражения.

Обобщая различные точки зрения, мы отмечаем, что существуют разные методы развития эмоционального интеллекта у подростков. Одним из эффективных средств развития эмоционального интеллекта у подростков, воспитанников детского дома, является организация театральной мастерской. Театральная мастерская представляет собой творческое пространство для исследования форм, содержания и техник театральной деятельности.

С целью изучения уровня развития эмоционального интеллекта у подростков, проведено экспериментальное исследование на базе КГКУ «Лесосибирский детский дом им. Ф.Э. Дзержинского». Выборка представлена подростками в количестве 10 человек в возрасте 14-17 лет. В качестве диагностического инструментария мы использовали следующие методики: «Определение уровня эмоционального интеллекта» (автор – Н. Холл), «Эмоциональный интеллект» (автор – Д.В. Люсин).

Обобщая результаты экспериментального исследования, мы пришли к выводу, что у всех испытуемых нашей выборки эмоциональный интеллект развит на недостаточном уровне.

Для осуществления психологической работы с подростками, воспитанниками детского дома, с недостаточно развитым эмоциональным интеллектом, нами разработаны и реализованы занятия в условиях театральной

мастерской. Занятия направлены на развитие способностей понимания и управления своих и чужих эмоций, а также эмпатии.

После реализации занятий в условиях театральной мастерской нами проведена повторная диагностика уровня развития эмоционального интеллекта у подростков, воспитанников детского дома.

Обобщая полученные результаты первичной и повторной диагностики подростков по методике «Определение уровня эмоционального интеллекта» (автор – Н. Холл), по опроснику «Эмоциональный интеллект» (автор – Д.В. Люсин), мы отмечаем, что произошли позитивные изменения в уровнях развития эмоционального интеллекта, у подростков, проживающих в детском доме.

Кроме того, результаты первичной и повторной диагностики подростков были подвергнуты статистическому анализу с использованием Т–критерия Вилкоксона, в ходе которого были установлены статистически значимые различия по всем шкалам при уровне значимости $p \leq 0,05$.

Таким образом, мы подтверждаем нашу гипотезу о том, что развитие эмоционального интеллекта у подростков, проживающих в детском доме, возможно в условиях театральной мастерской.

СПИСОК ИСПОЛЬЗОВАННЫХ ИСТОЧНИКОВ

1. Александрова, А. А. Гендерный аспект в изучении эмоционального интеллекта у подростков / А. А. Александрова // Молодой ученый. – 2023. – № 5. – С. 617-622.

2. Андреева, И. Н. Азбука эмоционального интеллекта / И. Н. Андреева. – Санкт-Петербург : БХВ-Петербург, 2021. – 288 с.

3. Андреева, И. Н. Об истории развития понятия «эмоциональный интеллект» / И. Н. Андреева // Вопросы психологии. – 2008. – № 5. – С. 83–95.

4. Бердникова, И. А. Эмоциональный интеллект как предиктор психологического благополучия студентов : специальность 19.00.01 «Общая психология, психология личности, история психологии (психологические науки)» : автореферат диссертации на соискание ученой степени кандидата психологических наук / Бердникова Ирина Александровна ; Российский государственный университет физической культуры, спорта, молодежи и туризма. – Москва, 2022. – 24 с.

5. Выготский, Л. С. Вопросы детской психологии / Л. С. Выготский. – Москва : Издательство Юрайт, 2024. – 504 с. – ISBN 978-5-534-06998-3.

6. Гозман, Л. Я. Психология эмоциональных отношений / Л. Я. Гозман. – Москва, 2022. – 176 с.

7. Голубева, М. В. Креативность в структуре эмоционального интеллекта педагога / М. В. Голубева // Приволжский научный журнал. – 2014. – № 1. – С. 218-222.

8. Дегтярев, А. В. «Эмоциональный интеллект»: становление понятия в психологии / А. В. Дегтярев // Психологическая наука и образование. – 2015. – № 2. – С. 170-180.

9. Джоши, А. Рационально-эмотивно-поведенческая терапия. Интегрированный подход / А. Джоши, К. М. Пхадке. – Москва : Издательство Гуманитраный центр, 2021. – 300 с.

10. Долженкова М. И. Театротерапия в структуре современных технологий социокультурной реабилитации / М. И. Долженкова // Педагогика. Вопросы теории и практики. – 2016. – № 2. Т. 2. – С. 9-11.

11. Дьячук, А. А. Особенности эмоционального интеллекта подростков с различным социометрическим статусом / А. А. Дьячук, И. В. Петрулевич // Вестник Красноярского государственного педагогического университета им. В.П. Астафьева. – 2021. – № 4 (50). – С. 154–162.

12. Жедунова, Л. Г. Исследование когнитивной сферы у воспитанников детских домов / Л. Г. Жедунова, Н. Н. Посысоев, Е. Н. Юрасова // Ярославский педагогический вестник. – 1999. – № 1-2. – С. 114–121. – URL: https://cyberleninka.ru/article/n/issledovanie-kognitivnoy-sfery-u-vospitannikov-detskih-domov (дата обращения: 09.12.2024).

13. Загвоздкин, В. К. Эмоциональный интеллект и его развитие в условиях семейного воспитания / В. К. Загвоздкин // Культурно-историческая психология. – 2021. – № 2. – С. 97-103.

14. Зейгарник, Б. В. Патопсихология / Б. В. Зейгарник. – Москва : Издательство Юрайт, 2024. – 367 с.

15. Изотова, Е. И. Особенности эмоционального интеллекта детей-сирот подросткового возраста / Е. И. Изотова, Е. Б. Максимова // Теория и практика современной науки. – 2020. – № 12. – С. 66.

16. Карасева, Н. И. Психологические особенности развития коммуникативных способностей у подростков, оставшихся без попечения родителей : специальность 19.00.07 «Педагогическая психология» : автореферат диссертации на соискание ученой степени кандидата психологических наук / Карасева Нина Ивановна ; Институт психологии Российской академии наук. – Киев, 2008. – 18 с.

17. Котов, Д. А. Сценарное мастерство / Д. А. Котов, В. Э. Ширяев. – Москва : Альпина Паблишер, 2023. – 314 с.

18. Кочетова, Ю. А. Структура эмоционального интеллекта в юношеском возрасте / Ю. А. Кочетова // Горизонты зрелости : Сборник тезисов участников

V Всероссийской научно-практической конференции по психологии развития / Московский государственный психолого-педагогический университет. – Москва, 2020. – С. 55–63.

19. Лаптева, Г. В. Игры для развития эмоций и творческих способностей : театральные занятия для детей / Г. В. Лаптева. – Санкт-Петербург, 2011. – 160 с.

20. Лафренье, П. Эмоциональное развитие детей и подростков / П. Лафренье. – Москва : Издательство АСТ, 2021. – 251 с.

21. Лебедева, Л. Д. Практика арт-терапии: подходы, диагностика, система занятий / Л. Д. Лебедева. – Санкт-Петербург : Речь, 2003. – 256 с.

22. Леонтьев, А. Н. Развитие целостной личности ребенка / А. Н. Леонтьев. – Магнитогорск : Амрита, 2023. – 280 с. – ISBN 978-5-413-02751-6.

23. Люсин, Д. В. Новая методика для измерения эмоционального интеллекта: опросник ЭмИн / Д. В. Люсин ; Психологическая диагностика. – 2006. – № 4. – С. 3 – 22.

24. Люсин, Д. В. Современные представления об эмоциональном интеллекте / Д. В. Люсин ; научный редактор Д. В. Люсин, Д. В. Ушаков. – Москва : Институт психологии РАН, 2004. – С. 29–36.

25. Минуллина, А. Ф. Исследование характеристик эмоционального интеллекта у детей-сирот / А. Ф. Минуллина, И. М. Гильмутдинова // Russian Journal of Education and Psychology. – 2019. – № 4. – С. 54–60.

26. Прихожан, А. М. Психология сиротства: Научный контекст, история, экспериментальное исследование проблемы / А. М. Прихожан, Н. Н. Толстых. – Москва : Издательство Юрайт, 2022. – 354 с. – ISBN 978-5-534-00489-2.

27. Робинсон, Д. Интеллектуальная история психологии / Д. Робинсон; Институт философии, теологии истории святого Фомы. – Москва : Институт св. Фомы, 2005. – 568 с.

28. Рубинштейн, С. Л. Основы общей психологии / С. Л. Рубинштейн. – Москва : Издательство АСТ, 2024. – 960 с.

29. Сергиенко, Е. А. Эмоциональный интеллект: русскоязычная адаптация теста Мэйера – Сэловея – Карузо (MSCEIT V2.0) / Е. А. Сергиенко, И. И. Ветрова // Психологические исследования: электронный научный журнал. – 2022. – № 6. – С. 35-42.

30. Синельникова, Е. С. Эмоциональный интеллект как фактор взаимодействия в конфликте: кросс-культурный аспект : специальность 19.00.05 «Социальная психология» : диссертация на соискание ученой степени кандидата психологических наук / Синельникова Елена Семеновна ; Санкт-Петербургский государственный университет. – Санкт-Петербург, 2015. – 195 с.

31. Склярова, Н. В. Интеллект, определение интеллекта, интеллектуальная одарённость / Н. В. Склярова // Образовательная социальная сеть. – 2020. – URL: https://nsportal.ru/detskiy-sad/raznoe/2020/02/15/statya-intellekt-opredelenie-intellekta-intellektualnaya-odaryonnost (дата обращения 08.12.2024).

32. Станиславский, К. С. Полный курс актерского мастерства / К. С. Станиславский, С. В. Гиппиус. – Москва, 2017. – 47 с.

33. Станиславский, К. С. Работа над ролью / К. С. Станиславский. – Москва, 2024. – 544 с.

34. Федеральный государственный образовательный стандарт среднего общего образования от 17.05.2012 № 413 // Министерство просвещения Российской Федерации : официальный сайт. – 2022. – URL : https://docs.edu.gov.ru/document/bf0ceabdc94110049a583890956abbfa/

35. Фетискин, Н. П. Социально-психологическая диагностика развития личности и малых групп : учебное пособие / Н. П. Фетискин, Г. М. Мануйлов, В. В. Козлов ; Издательство Института психотерапии и клинической психологии. – Москва : ИПиКП, 2019. – 488 с. – ISBN 978-5-903182-45-9.

36. Экман, П. Психология эмоций / П. Экман. – Санкт-Петербург : Лабиринт, 2020. – 240 с.

37. Эльконин, Д. Б. Детская психология : учебное пособие / Д. Б. Эльконин. – Москва : Академия, 2011. – 383 с. – ISBN 978-5-7695-8389-6.

38. Cooper, R. K. Executive EQ: Emotional Intelligence in Leadership and Organizations / R.K . Cooper, A. Sawaf. – New York, 2021. – 327 p.

39. Gardner, H. Frames of mind / H. Gardner. – New York : Basic Books, 1983. – 440 p.

40. Locker, K. Isotherapy: art and psychology to improve the condition / K. Locker // General Psychology. – 2008. – Vol. 4. – P. 31-36.

41. Queen, Ph. Gaming methods in Therapy / Ph. Queen. – New York : Fundamentals of game therapy in psychology, 2023. – 85 p.

42. Salovey, P. Emotional intelligence / P. Salovey, J. D. Mayer // Imagination, Cognition, and Personality. – 1990. – Vol. 9. – P. 185 – 211.

ПРИЛОЖЕНИЕ А

Результаты первичной диагностики эмоционального интеллекта у воспитанников детского дома

Таблица А – Результаты первичной диагностики подростков по опроснику «Эмоциональный интеллект» (автор – Д.В. Люсин)

Испытуемый	Межличностный эмоциональный интеллект	Уровень	Внутриличностный эмоциональный интеллект	Уровень	Понимание эмоций	Уровень	Управление эмоциями	Уровень
1	2	н	2	н	2	н	5	ср
2	2	н	1	н	2	н	2	н
3	1	н	5	ср	1	н	2	н
4	6	ср	3	н	3	н	6	ср
5	3	н	1	н	2	н	1	н
6	2	н	1	н	2	н	3	н
7	2	н	4	ср	5	ср	5	ср
8	2	н	5	ср	3	н	1	н
9	2	н	2	н	2	н	2	н
10	3	н	2	н	1	н	1	н

Условные обозначения:

н – низкий уровень

ср – средний уровень

ПРИЛОЖЕНИЕ Б

Содержание занятий театральной мастерской

Вводное занятие «Мои возможности»

Цель: создание условий для формирования у участников навыков самосознания, саморегуляции, социальной осведомленности и навыков межличностных отношений

Время проведения: 40 минут.

Материалы и оборудование: сценарии спектаклей.

План мероприятия:

1. Вступительная часть (5 мин)

1.1 Вступительное слово

1.2 Знакомство

2. Основная часть (35 мин)

2.1 Обсуждение и выбор спектакля

3. Заключительная часть

3.1 Подведение итогов

Ход занятия:

1. Вступительная часть

Приветствие и знакомство

- Добрый день! Меня зовут Полина Алексеевна.

Упражнение «Мое имя»

Цель: знакомство с участниками «Театральной мастерской».

- А теперь я предлагаю вам представиться, и сделать это необычно. Пусть каждый из вас произнесёт своё имя как-нибудь интересно. Можно менять голос (шептать или кричать), делать различные движения, двигать руками и ногами, сочинить про себя маленький стишок, можно рассмешить или напугать нас всех. Ну что ж, есть смелые? Кто хочет представиться?

- Молодцы, вы все представились и показали мини-сценку о себе. На наших встречах мы будем с вами учиться выражать свои эмоции и чувства

через театр. Будем репетировать спектакли, наряжаться в костюмы, показывать свои номера вашим сверстникам, товарищам и воспитателям, а также посетим настоящий театр и будем учиться актерскому мастерству у профессионалов.

2. Основная часть

- А вы ходили в театр? На какую постановку? Какие эмоции вы чувствовали, когда смотрели?

- А какие жанры, виды постановок вы знаете? Какой жанр был у той постановки, которую вы видели? (Кукольный театр, теневой театр, пантомима, комедия).

Кукольный театр – вид театрального искусства, где актёров заменяют управляемые людьми куклы.

Теневой театр – вид театрального искусства, где соединяются элементы театральной постановки, графики и мультипликации. Особенностью данного вида является то, что тени могут быть созданы с помощью различных источников света и фигур из бумаги, или собственными руками.

Пантомима – вид театрального искусства без слов, в котором чувства и мысли действующих лиц выражаются жестами, мимикой.

Комедия – вид театрального искусства с весёлым, смешным или сатирическим сюжетом. Она предназначена для высмеивания различных сторон общественной жизни, ситуаций, человеческих характеров.

- Какой из видов вам больше всего понравился? Видели постановки с данными видами театрального искусства? А в каком виде/жанре сложнее выразить эмоции? Почему?

3. Заключительная часть

- Как вы считаете, сможете ли вы быть участником постановки?

Какие качества вам помогут в реализации? А какие могут вам мешать? Что нужно изменить в себе, чтобы участвовать?

Упражнение «Я могу»

Цель: поиск внутренних ресурсов для принятия участия в спектакле

- Предлагаю всем закончить фразу «Я могу быть актером постановок потому что я… (эмоциональная, открытая, полна сил)».

Занятие «Кукольный спектакль»

Цель: создание условий для развития способности понимать и сопереживать эмоциям других людей через чтение сценария кукольного спектакля.

Время проведения: 45 минут.

Материалы и оборудование: сценарий спектакля.

План мероприятия:

1. Вступительная часть (5 мин)

1.1 Вступительное слово

2. Основная часть (30 мин)

3. Заключительная часть (10 мин)

3.1 Упражнение «Пожелания в копилку»

Ход мероприятия:

1. Вступительная часть

-Добрый день! Сегодня мы собрались для того, чтобы прочитать и распределить роли по сценарию кукольного спектакля.

2. Основная часть

-Предлагаю всем удобно разместиться и начать слушать. Сценарий прописан ниже отдельно.

- Как вы думаете, о чем этот спектакль? Какие костюмы нам нужны? Как вы думаете, что нам хотел показать этот герой? В чем задумка постановки? Что вы чувствовали, когда смотрели?

3. Заключительная часть

Упражнение «Пожелания в копилку»

Цель: создание атмосферы поддержки и доброжелательности среди участников.

- Я предлагаю вам написать пожелание соседу слева. В конце наших занятий мы откроем «копилку», зачитаем пожелания и проверим, сбылось ли пожелание.

- Спасибо за занятие, к первой репетиции предлагаю всем выучить свои слова.

Занятие «Живи разными эмоциями»

Цель: создание условий для выражения и распознавания эмоций посредством игры «EQ»

Материалы и оборудование: игра «EQ», мягкая игрушка.

План мероприятия:

1. Вступительная часть (10 мин)

1.1 Упражнение «Мим»

1.2 Упражнение «Анализ утра»

2. Основная часть (50 мин)

2.1 Игра «EQ»

3. Заключительная часть

3.1 Упражнение «Мим»

Ход мероприятия:

1. Вступительная часть

- Приветствую Вас, уважаемые участники. Сегодня мы с вами попытаемся выразить и понять большой спектр эмоций с помощью игры.

Упражнение «Мим»

Цель: владение своей мимикой, оценкой своего эмоционального состояния в начале занятия.

- Для начала мы ставим руку перед лицом. Затем, медленно поднимая руку вверх, мы превращаемся в веселого мима. В это время на лице появляется радость: мы улыбаемся, уголки рта поднимаются, глаза широко открыты, а взгляд излучает счастье. После этого рука опускается, и мы становимся грустным мимом: уголки губ чуть опущены, возможно, с небольшой

надутостью, а глаза приоткрыты. Этот процесс смены настроения повторяем несколько раз. Останавливаемся на том эмоциональном состоянии, которое описывает вас сейчас.

Упражнение «Анализ утра»

Цель: осознание и анализ прожитых эмоций за утро.

Как сегодня началось ваше утро? Какие эмоции вы чувствовали? Чувствовал ли кто-то из окружающих такие же эмоции как вы?

2. Основная часть

- Мы с вами чувствовали за утро столько эмоций. Смогли ли вы с легкостью определить свои эмоции? Для того, чтобы нам научиться распознавать эмоции еще лучше, я предлагаю нам сыграть в игру «EQ»

Игра «EQ»

Цель: демонстрация и определение эмоций партнеров, при этом стараясь заработать максимальное количество баллов и прийти к финишу первым.

Для начала предлагаю выбрать себе фишку, ставим ее на старт.

1 этап. Раздаем каждому 7 карт. Сосед справа выбирает карту. Игрок знакомится с картой. Вытаскивает карту из второй колоды. Произносит фразу «...» в соответствии с эмоцией на карте.

На стол рубашкой вверх кладется карта игрока. Остальные игроки должны положить карту с эмоцией, похожую на представление игрока.

Далее открываются карты, и игроки угадывают карту первого игрока, ставя жетоны с номером. Подсчитываем баллы. Передвигаемся по полю.

Задача игроков - угадать карту эмоции.

Как только один из игроков переместится на участок второго этапа, игра продолжится по новым правилам.

2 этап.

Выбор эмоции происходит также игроком справа. Вытаскивается карта из второй колоды и зачитывается ситуация.

Задача игрока - словесно импровизировать в рамках этой ситуации с выбранной эмоцией в течение 30 секунд. Далее остальные игроки кладут свои карты с предполагаемой эмоцией. Голосование. Подсчет баллов и ходов.

3 этап.

Используются карты из стопки использованных ранее эмоций. Из второй колоды вытаскивается одна карта с фразой. Далее игроку необходимо за 60 секунд показать, как можно больше эмоций с одной фразой. Каждая угаданная эмоция 1 балл.

Кто первый дошел до финиша - победил.

3. Заключительная часть

- Поздравляем с победой … (обращаемся к победителю, даем символ слова) … как ты думаешь, что привело тебя к победе? Было трудно или легко показывать эмоции? Что легче/труднее? Было ли комфортно? Какой из этапов понравился? Кто-то помогал тебе достичь первым выигрыша? Хотел бы чтобы кто-то помог?

- Предлагаю всем повторить упражнение «Мим», которое мы выполняли в начале

Упражнение «Мим»

Цель: владение своей мимикой, оценка своего эмоционального состояния в начале занятия.

- Для начала мы ставим руку перед лицом. Затем, медленно поднимая руку вверх, мы превращаемся в Веселого мима. В это время на лице появляется радость: мы улыбаемся, уголки рта поднимаются, глаза широко открыты, а взгляд излучает счастье. После этого рука опускается, и мы становимся Грустным мимом: уголки губ чуть опущены, возможно, с небольшой надутостью, а глаза прикрыты. Этот процесс смены настроения повторяем несколько раз. Останавливаемся на том эмоциональном состоянии, которое описывает вас сейчас.

- А теперь предлагаю каждому игроку высказаться (передаем символ слова). Что запомнилось на занятии? Были ли трудности? Комфортно? Что хотел бы добавить?

- Благодарю всех за участие в занятии. Мне было приятно с вами провести время.

Показ кукольного спектакля «Загадка Нового Года»

Цель: создание условий для формирования у участников навыков самосознания и саморегуляции посредством показа спектакля, с акцентом на его уникальные особенности

Время проведения: 15 минут.

Материалы и оборудование: куклы с персонажами (медведь, кот, лиса, волк, Снегурочка, Дед Мороз, фея, злая ведьма).

План мероприятия:

1. Вступительная часть (2 мин)

1.1 Вступительное слово

2. Основная часть (10 мин)

3. Заключительная часть (3 мин)

3.1 Прощание

Ход мероприятия:

1. Вступительная часть

- Приветствую Вас, уважаемые зрители. Сегодня мы вам покажем кукольный спектакль «Загадка Нового Года». Предлагаю всем удобно сесть и насладиться показом.

2. Основная часть

Занавес открывается. На сцене куклы животных стоят на фоне зимнего леса с елкой и светящимися гирляндами. Звучит праздничная музыка

Волк: (с восторгом) Привет, друзья! Вот и наступил Новый год!

Медведь: Да, это время чудес и волшебства!

Лиса: Я хочу сочинить новогоднюю песню для нашего праздника!

Слышен звук гремящего грома, и появляется Злая ведьма

Злая ведьма: (злобно) Ха-ха-ха! Какой праздник, если я его разрушу? Я заберу все подарки и сделаю так, чтобы не было веселья!

Фея встревожено оборачивается

Фея: Неужели ты собираешься испортить нам Новый год?

Лесовичок: Мы не позволим тебе сделать это, ведьмы!

Ведьма подходит ближе к героям и злобно говорит

Злая ведьма: Попробуйте, если сможете!

Злая ведьма исчезает, оставляя за собой темные облака. Куклы собираются у елки, обдумывая, что делать

Медведь: Мы не можем позволить ей испортить наш праздник!

Кот: Но как мы можем помочь?

Лиса: Мы должны найти Деда Мороза. Он знает, как остановить злую ведьму!

На сцену появляются Дед Мороз и Снегурочка, улыбающиеся и радостные

Дед Мороз: Здравствуйте, мои дорогие! Почему вы так грустны?

Фея встревожено бежит к Деду Морозу и Снегурочке

Фея: Злая ведьма хочет испортить Новый год!

Снегурочка: Не бойтесь! Давайте вместе придумаем, как остановить её!

Дед Мороз: Мы можем использовать силу дружбы и новогодних традиций.

Куклы начинают обсуждать новогодние традиции, как спеть песни, веселиться и делиться радостью

Волк: Я помню, как мы пели новогодние песни в прошлом году!

Снегурочка: Да! Мы можем устроить новогоднюю вечеринку и пригласить всех!

Медведь: Давайте соберем нашу дружную команду и сделаем праздник!

На сцене начинается подготовка к новогоднему празднику: освещение гирлянд, украшение елки. Куклы начинают петь новогодние песни и танцевать. Вдруг появляется Злая ведьма снова и грустно говорит

Злая ведьма: Что вы здесь делаете?

Лесовичок: Мы готовим праздник и не позволим тебе его разрушить!

Дед Мороз: Злая ведьма! Почему ты хочешь разрушить веселье?

Злая ведьма: Я… Я просто хотела, чтобы все боялись меня!

Снегурочка: Ты можешь быть с нами и разделить радость! Праздник — это время для чуда!

Злая ведьма начинает сомневаться, диалог становится более дружелюбным

Волк: Каждый имеет право на праздник, даже ты!

Злая ведьма: Может, я и могу попробовать…

Снегурочка тянется к Ведьме с елочной игрушкой. Все счастливы, праздник продолжается. Злая ведьма принимает участие в веселье.

Дед Мороз: В Новый год всё возможно! Даже старые враги могут стать друзьями!

Медведь: Давайте отпразднуем вместе!

Куклы обнимаются, звучит праздничная музыка, и все поют новогодние песни. Они обмениваются подарками, и Ведьма улыбается. Куклы стоят на сцене, выражая благодарность.

Лесовичок: Этот Новый год принес нам понимание, что дружба важнее разногласий!

Фея: Желаем всем счастья и радости в новом году!

Занавес закрывается, и все герои машут зрителям.

Аплодисменты. Участники выходят на сцену, кланяются.

3. Заключительная часть

- Спасибо всем за внимание! До свидания, уважаемые зрители.

Рефлексивное занятие «Глазами куклы»

Цель: создание условий для развития компонентов эмоционального интеллекта через анализ переживаний и эмоций подростков, воспитанников детского дома.

Время проведения: 45 минут.

Материалы и оборудование: листы А3, карандаши, фломастеры.

План мероприятия:

1. Вступительная часть (10 мин)

1.1 Приветствие

1.2 Упражнение «Эмоциональный круг»

2. Основная часть (25 мин)

2.1 Упражнение «Глазами куклы»

3. Заключительная часть (10 мин)

3.1 Упражнение «Новое»

Ход мероприятия:

1. Вступительная часть

- Приветствую всех на нашем занятии.

Упражнение «Эмоциональный круг»

Цель: развитие эмоциональной осознанности и навыков выражения эмоций.

- Для начала предлагаю всем, по кругу, сказать какую эмоцию вы чувствуете сейчас. Я начну – спокойствие. Предлагаю кратко обсудить показанный спектакль.

- Как вы себя чувствовали на сцене? Какие эмоции были? Вы раньше их испытывали? Как справлялись с волнением? Кто-то из участников помог вам в тревожной ситуации? Хотели бы получить поддержку? Получилось ли через куклу показать нужную эмоцию? Каким образом?

2. Основная часть

Упражнение «Глазами куклы»

Цель: создание условий для углубленного анализа эмоционального опыта участников.

- Теперь предлагаю поделиться на 2 группы. На листе А3 нарисовать момент показа спектакля, то есть необходимо изобразить себя на сцене и зрителей таким способом, чтобы было видно всех. Попробуйте прорисовать своего персонажа и эмоции зрителей.

- Давайте обсудим. Какой момент из спектакля вы нарисовали? Какие эмоции у зрителей? Почему? А что чувствуете вы за ширмой? Какие эмоции у вас от реакции зрителей? Почему?

3. Заключительная часть

Упражнение «Новое»

Цель: стимулирование самосознания и рефлексии участников относительно их эмоционального опыта во время показа.

- Какие новые эмоции вы испытали на показе? Понравилось? Хотелось бы вам и дальше себя узнавать и испытывать новые чувства и эмоции, которые заинтересовывают и вдохновляют вас?

- Спасибо за занятие, до новых встреч!

Занятие «Теневой спектакль»

Цель: создание условий для развития способности понимать и сопереживать эмоциям других людей через чтение сценария теневого спектакля.

Время проведения: 45 минут.

Материалы и оборудование: сценарий.

План мероприятия:

1. Вступительная часть (5 мин)

1.1 Вступительное слово

2. Основная часть (35 мин)

3. Заключительная часть (5 мин)

Ход мероприятия:

1. Вступительная часть

- Приветствую всех на занятии. Сегодня мы с вами прочтем сценарий теневого спектакля «Жил на свете Слоненок».

2. Основная часть

- Предлагаю всем удобно разместиться и начать слушать. (Сценарий прописан ниже отдельно)

- Предлагаю обсудить прочитанное. Как вы думаете, о чем эта постановка? Какие декорации и реквизиты нам нужны? Как вы думаете, что нам хотел показать главный герой? В чем задумка постановки? Что вы чувствовали, когда смотрели? Какую роль каждый из вас хотел бы сыграть?

3. Заключительная часть

- Как думаете, какие умения вам нужны для того, чтобы играть вашу роль? Обладаете ли вы ими? Хотите? Какие эмоции помогут вам осуществить это?

- Спасибо за принятие, до встречи!

Показ теневого спектакля «Жил на свете Слоненок»

Цель: создание условий для формирования у участников навыков адекватного выражения эмоций в различных ситуациях посредством показа сценария, с акцентом на его уникальные особенности

Время проведения: 25 минут.

Материалы и оборудование: вырезанные силуэты персонажей (слоненок, черепаха, лисенок, зайчик), силуэты реквизитов (домик, дерево, лейка, костер, клумба, бочка).

План мероприятия:

1. Вступительная часть (2 мин)

2. Основная часть (20 мин)

3. Заключительная часть (3 мин)

1. Вступительная часть

- Приветствую Вас, уважаемые зрители. ССегодня мы вам покажем теневой спектакль «Жил на свете Слоненок». Предлагаю всем удобно сесть и насладиться показом».

2. Основная часть

«Жил на свете Слоненок»

На сцене стоят деревья, кусты, бочка для воды и домик. В домике живет Слоненок. Грустно вздыхает.

Выходят Зайчик и Лисенок)

Лисёнок: Привет, Слоненок! Ты чего такой невеселый?

Слоненок: Грустно! Нечем заняться.

Зайчик: Пойдем тогда с нами гулять!

Лисёнок: Повеселимся!

Слоненок: Чего же просто так веселиться? Я чем-нибудь полезным заняться хочу; пользу приносить, понимаете?

Зайчик: Нет!

Лисёнок: Нет, не понимаем!

Слоненок: Ну вот ты, Зайчик, кем ты хочешь быть?

Зайчик: Я? Не знаю!

Слоненок: А ты, Лисенок?

Лисенок: Я тоже не знаю!

Слоненок: (со вздохом) Вот и я не знаю…

Зайчик: Ха, какие пустяки! Пойдем, Лисенок, пусть грустит!

Лисенок: Пойдем, Зайчик! Пока, Слоненок!

(Уходят)

Слоненок: (к зрителям) Вот есть же взрослые, которые делают всякие добры дела, хорошие поступки, пользу приносят. Эх, хотел бы и я стать полезным!

Грянул гром, пошел дождь.

Слоненок: Какой ливень… Бедные Зайчик и Лисенок, наверное, промокли насквозь!

Выбегают Зайчик и Лисенок.

Слоненок: Уже погуляли?

Зайчик: (дрожа) Слушай, Слоненок! С такими большими ушами ты вполне мог бы быть зонтиком!

Лисенок: (подхватывает) И мы могли бы прятаться под ними от дождя! Вот это была бы польза!

Слоненок: (просветлев) Польза? Конечно, конечно, сейчас!

(Торопливо выбегает из домика, раскрывает уши) Прячьтесь скорее! От дождя!

Зайчик и Лисенок прячутся.

Слоненок: Ну как? Хороший я зонтик?

Зайчик: Конечно!

Лисенок: Самый лучший!

Слоненок очень радуется. Но дождь скоро кончается…

Зайчик: Дождь кончился. Спасибо, Слоненок!

Слоненок: А чем же мне заняться теперь?

Зайчик пожимает плечами, убегает.

Лисенок: Не огорчайся! Может быть, дождик пойдет опять, и ты снова сможешь стать зонтиком.

(*Уходит)*

Слоненок понуро проходит обратно в дом.

Слоненок: Нет, это не дело – постоянно ждать, когда можно принести пользу. Не хочу быть зонтиком!

Выходит Черепаха с лейкой.

Слоненок: Добрый день, Черепаха!

Черепаха: Какой же он добрый! Такая стоит жара, мне одной никогда не полить все цветы, траву, деревья!

Слоненок: Хотел бы я вам чем-нибудь помочь!

Черепаха: Хм… С таким прекрасным длинным носом из тебя вышла бы отличная лейка!

Слоненок: Правда? Ой, я сейчас!

Слоненок торопится, выбегает из домика, подбегает к бочке, опускает туда нос, подбегает к дереву – «пфф!» - поливает его. Снова подбегает к бочке, поливает другое дерево, носится. Черепаха наблюдает за ним, потом выносит стул, надевает солнцезащитные очки, откидывается нога на ногу. А Слоненок не унимается; капли воды попадают на Черепаху. Она вскакивает.

Черепаха: Всё, всё, достаточно! Ты сейчас превратишь здесь все в болото! Не надо поливать так много!

Слоненок: Не надо?.. А когда же мне снова быть лейкой?

Черепаха: (ворчливо) Еще не скоро! Теперь еще очень нескоро!

(Уходит)

Слоненок: Нескоро… Тогда я не хочу быть лейкой. Я хочу быть полезным всегда!

Грустно замолкает. Вдруг раздается звук занимающегося огня.

Слоненок: Что такое? Что это за шум? *(Оглядывается, видит дерево в огне)* Пожар!

Слоненок набирает носом в бочке воду, бежит к дереву, «пфф!» - тушит пламя. Слоненок стоит и смотрит на дерево. Из другой кулисы выходят Зайчик, Лисенок и Черепаха. Они восхищенно смотрят на Слоненка и аплодируют. Слоненок горд.

Черепаха: Слоненок! Ты спас лес от пожара!

Зайчик: Молодец!

Лисенок: Герой!

Слоненок: Спасибо! Я так хотел приносить пользу, и кажется, сейчас я совершил очень полезное дело! Но теперь пожара нет… Что мне – опять скучать?

Черепаха: Не надо скучать – будь нашим пожарным!

Слоненок: А как это?

Зайчик: (*объясняет очевидное)* Пожарные тушат пожары!

Слоненок: А если пожаров нет? Сидеть и ждать?

Черепаха: Зачем ждать, пока что-то загорится? Лучше предотвратить беду!

Слоненок: Пре-дот-вра-тить?

Черепаха: Да! Не дать пожару произойти. Вот играет, к примеру, Лисенок со спичками.

Лисенок: Почему сразу я?

Зайчик: (дразнит) Потому что в рифму! Лисичка-спичка!

Черепаха: (урезонить Зайчика) Ну, или Зайчик! (Лисичка показывает Зайчику язык) А ты, Слоненок, говоришь ему – «Нельзя, Зайчик, со спичками играть! Может случиться пожар!»

Слоненок: А он меня послушает?

Черепаха: Конечно! Если мы наденем на тебя вот такую золотую каску! *(Выносит каску, надевает)* Теперь ты настоящий пожарник!

Слоненок: Здорово! Теперь я всегда буду полезный!

Зайчик и Лисенок: Поздравляем!

Слоненок: Расскажите еще об этих правилах! Я хочу знать всё-всё-всё!

Черепаха: С удовольствием! Впереди у тебя много всего интересного.

Уходит, Зайчик и Лисенок убегают следом. Пустая сцена, щебечут птички. Гордый Слоненок в золотой каске выходит к ребятам и произносит речь.

Слоненок: Ребята! Слушайте внимательно и запоминайте!

Спички детям – не игрушка,
Это каждый должен знать!
И утюг нельзя в розетку
Без родителей включать!

Если вдруг огонь почуял,
А в квартире ты один –
Телефон пожарной части
Со смартфона «01»!

3. Заключительная часть.

- Спасибо всем за внимание! До свидания, уважаемые зрители.

Рефлексивное занятие «Эмоции со мной»

Цель: создание условий для ознакомления участников с методами самоконтроля и саморегуляции эмоций.

Время проведения: 45 минут.

Материалы и оборудование: -

План мероприятия:

1. Вступительная часть (10 мин)

1.1 Приветствие

1.2 Упражнение «Показ эмоций»

2. Основная часть (25 мин)

2.1 Упражнение «Эмоциональная лестница»

3. Заключительная часть (10 мин)

Ход мероприятия:

1. Вступительная часть

- Приветствую всех участников.

Упражнение «Показ эмоции»

Цель: развитие навыков невербальной коммуникации и эмоциональной осознанности участников.

- Для начала предлагаю каждому показать одну эмоцию, а остальные будут угадывать. Я начну – восхищение.

2. Основная часть

Упражнение «Эмоциональная лестница»

Цель: развитие осознанности по отношению к эмоциям, а также на укрепление взаимопонимания и поддержки между участниками.

- А теперь предлагаю всем встать в широкий круг и по очереди называть эмоции, которые вы чувствовали на сцене, во время показа. В случае если озвученная эмоция была и у вас, то делаем шаг вперед «по лестнице». После каждого шага каждый скажет, как эта эмоция повлияла на него и как он смог с ней справиться. При желании можно взяться за руки, это может помочь в преодолении неприятных эмоций.

3. Заключительная часть

-Что нового вы узнали о своих и чужих эмоциональных проявлениях? Как вы ведете себя в стрессовой ситуации? Все ли привыкли к сцене зрителей?

- Спасибо за занятие, благодарю за активное участие. До встречи!

Занятие «Пантомима»

Цель: создание условий для развития способности понимать и сопереживать эмоциям других людей через просмотр записи пантомим.

Время проведения: 45 минут.

Материалы и оборудование: компьютер, проектор, колонки.

План мероприятия:

1. Вступительная часть (5 мин)

1.1 Приветствие

2. Основная часть (35 мин)

3. Заключительная часть (5 мин)

Ход мероприятия:

1. Вступительная часть

-Приветствую всех на занятии. Сегодня мы посмотрим запись пантомим.

https://rutube.ru/video/d2903bd99f73c3dc1d4fc8b661151335/

https://rutube.ru/video/e32ad78af68fd549b7e83aec52ca3000/

https://rutube.ru/video/5acaad8562fd3b49d82923a91b4c3383/

https://rutube.ru/video/8f0154511f1bb9eef386ff4738e23baf/

2. Основная часть

-Предлагаю обсудить увиденное. Как вы думаете, о чем каждый спектакль? В чем отличие? Какие костюмы, декорации использовались? Что нам хотели показать герои? В чем задумка постановки? Какие чувства испытали при просмотре? Какой больше понравился?

3. Заключительная часть

-Как вы думаете, какие умения необходимы для того чтобы сыграть? Обладаете ли вы ими?

Мастер-класс «Вхождение в роль»

Цель: создание условий для развития способности понимать и сопереживать эмоциям других людей через знакомство воспитанников детского дома со специалистом

Время проведения: 45 минут.

Материалы и оборудование: сцена ДК, сиденья.

План мероприятия:

1. Вступительная часть (5 мин)

1.1 Вступительное слово

1.1 Упражнение «Имя»

2. Основная часть (35 мин)

2.1 Упражнение «Слово-движение»

2.2 Упражнение «Звуковая история»

2.3 Упражнение «Азбука»

3. Заключительная часть (5 мин)

1. Вступительная часть

- Добрый день, специалиста зовут Виктория Витальевна, она является руководителем детского театрального кружка в ДК «Магистраль». Сегодня она проведет для вас мастер-класс «Вхождение в роль».

- Приветствую всех участников.

Упражнение «Имя»

Цель: развитие коммуникативных навыков и групповой сплоченности.

- Встаем все в круг. Каждый по очереди говорит свое имя и знакомится со специалистом. Далее специалист хлопает в ладоши, называет имя участника и показывает руками кому он передает хлопок. Процесс ускоряется и усложняется тем, что ведущий перестает называть имя, и только показывает хлопком на следующего участника.

2. Основная часть

- А теперь мы перейдем к подвижному упражнению, попрошу всех вставть на сцену, в круг.

Упражнение «Слово-движение»

Цель: создание условий для развития коммуникативных навыков, укрепления взаимопонимания и поддержки между участниками.

- Для начала начнем с категории «Животные». Попрошу каждого по кругу назвать животное и показать движение связанное с ним.

- Проверим вашу память, я буду быстро называть имя ребенка, а вы должны быстро сказать, вспомнить и показать его движение. Такой же механизм с категориями «Погодное условие», «Профессия».

Упражнение «Звуковая история»

Цель: создание условий для развития воображения и коммуникативных навыков.

- Предлагаю поделиться на две команды. Каждый пусть произнесет по звуку. Далее необходимо придумать связную историю используя ваши звуки. Например, звуки «пи-пи-пи», «трррррр» - шла мышка «пи-пи-пи», задела хвостиком тарелку «трррррр» и т.д. Ну как, легко? Почему вы использовали именно эти звуки? Почему выбрали данных персонажей?

Упражнение «Азбука»

Цель: создание условий для развития воображения и внимания.

- Ну а теперь мы с вами сядем в ряд и немного подумаем. Я называю одну букву, а вы на эту букву называете предмет находящийся в зале. Например, буква «С» - сиденья. Было ли вам трудно назвать предметы? Как думаете почему? Хотелось ли вам помочь друг другу?

3. Заключительная часть

- Как вы себя чувствовали на протяжении занятия? Что вам понравилось больше всего? Что было трудным/легким для вас?

Рефлексивное занятие «Я – актер!»

Цель: создание условий для формирования у подростков навыков саморегуляции, социальной осведомленности и навыков межличностных отношений, посредством анализа собственных переживаний и эмоций.

Время проведения: 45 минут.

Материалы и оборудование: -

План мероприятия:

1.Вступительная часть (5 мин)

1.1 Приветствие

1.2 Упражнение «Мим»

2. Основная часть (30 мин)

2.1 Упражнение «Открой»

2.2 Упражнение «Пожелания в копилку»

3. Заключительная часть (10 мин)

3.1 Упражнение «Благодарность»

Ход мероприятия:

1. Вступительная часть

- Приветствую всех участников.

Упражнение «Мим»

Цель: владение своей мимикой, оценкой своего эмоционального состояния в начале занятия.

- Для начала мы ставим руку перед лицом. Затем, медленно поднимая руку вверх, мы превращаемся в веселого мима. В это время на лице появляется радость: мы улыбаемся, уголки рта поднимаются, глаза широко открыты, а взгляд излучает счастье. После этого рука опускается, и мы становимся грустным мимом: уголки губ чуть опущены, возможно, с небольшой надутостью, а глаза приоткрыты. Этот процесс смены настроения повторяем несколько раз. Останавливаемся на том эмоциональном состоянии, которое описывает вас сейчас.

2. Основная часть

- Какие у вас эмоции и чувства после показа пантомимы? Было трудно максимально преувеличенно показывать эмоции, или легко? В прошлые разы вас не было видно на сцене, а в этот раз видно, какие эмоции испытали? Те же самые или что-то новое? А как вы себя чувствовали на сцене в маске? Помог ли вам грим?

Упражнение «Открой»

Цель: развитие осознания участников своих эмоций, умений и навыков, связанных с различными формами театрального искусства

- Поделите лист А4 на 3 столбика. В первом напишите «кукольный», во втором «теневой», в третьем «пантомима». В каждом столбике напишите 3 эмоции связанные с этими показами. А внизу напишите по одному умению, навыку или открытию, которые появились после или в момент показа.

- Давайте обсудим, кто что написал?

Упражнение «Пожелания в копилку»

Цель: создание атмосферы поддержки и доброжелательности среди участников.

- Помните ли вы, что на одном из первых занятий мы с вами написали пожелание соседу слева? Предлагаю открыть копилку и посмотреть сбылось ли пожелание. Как раз можно сравнить желание, которое пожелал вам сосед и умения, навыки, которые вы приобрели за время показа и подготовки к нему. У кого что написано и сбылось ли оно?

3. Заключительная часть

Упражнение «Благодарность»

Цель: развитие эмоциональной связи между участниками.

- Предлагаю разбиться на пары по двое и сказать «Спасибо за…». Поблагодарите друг друга за что-то. Например, за поддержку, за помощь, за отличное выступление, за качественные декорации, за то что был рядом с вами, за веселое времяпровождение, за присутствие, за смех и юмор.

- Спасибо всем за активное участие на протяжении всех занятий. С вами всеми было комфортно работать, я рада, то именно с вами проводила так много времени. До свидания!

ПРИЛОЖЕНИЕ В

Результаты повторной диагностики уровня развития эмоционального интеллекта у подростков, воспитанников детского дома

Таблица В.1 – Результаты повторной диагностики подростков по методике «Определение уровня эмоционального интеллекта» (автор – Н. Холл)

№	Эмоциональная осведомленность		Управление своими эмоциями		Самомотивация		Эмпатия		Управление эмоциями других	
	балл	уровень	балл	уровень	балл	уровень	балл	уровень	балл	уровень
1	25	ср	8	н	9	н	22	н	25	ср
2	31	ср	10	ср	13	н	29	ср	25	ср
3	30	ср	11	н	22	н	18	н	23	н
4	27	ср	29	ср	15	н	12	н	27	ср
5	15	ср	12	н	13	н	8	н	24	ср
6	31	ср	9	н	30	ср	15	н	28	ср
7	31	ср	28	ср	15	н	29	ср	18	н
8	30	ср	15	ср	16	н	25	ср	33	в
9	11	н	15	н	15	н	24	н	18	н
10	28	ср	10	н	17	н	17	н	17	н

Условные обозначения:

н – низкий уровень;

ср – средний уровень;

в – высокий уровень.

Таблица В.2 – Результаты повторной диагностики подростков по опроснику «Эмоциональный интеллект» (автор – Д.В. Люсин)

Испытуемый	**Межличностный эмоциональный интеллект**	**Уровень**	**Внутриличностный эмоциональный интеллект**	**Уровень**	**Понимание эмоций**	**Уровень**	**Управление эмоциями**	**Уровень**
1	4	ср	3	н	2	н	6	ср
2	3	н	3	н	3	н	3	н
3	4	ср	7	в	4	ср	2	н
4	7	в	7	в	5	ср	6	ср
5	3	н	4	ср	1	н	3	н
6	3	н	2	н	3	н	5	ср
7	6	ср	4	ср	8	в	7	в
8	5	ср	6	ср	4	ср	3	н
9	2	н	3	н	2	н	3	н
10	7	в	5	ср	5	ср	4	н

Условные обозначения:

н – низкий уровень

ср – средний уровень

в – высокий уровень

ПРИЛОЖЕНИЕ Г

Результаты автоматического расчета Т–критерия Вилкоксона

Таблица Г.1 – Автоматический расчет Т–критерия Вилкоксона

Переменные/ шкалы	**Отмеченные критерии значимы на уровне p ≤0,05**	
	$T_{эмп}$	p-уровень значимости
Эмоциональная осведомленность	**4,6**	0,005062
Управление своими эмоциями	**3,5**	0,007686
Самомотивация	**3,7**	0,009345
Эмпатия	**3,2**	0,044012
Управление эмоциями других	**3,6**	0,010863
Межличностный эмоциональный интеллект	**4,0**	0,011719
Внутриличностный эмоциональный интеллект	**4,7**	0,007686
Понимание эмоций	**3,3**	0,029975
Управление эмоциями	**4,7**	0,011719