

## Развитие эмоционального интеллекта: анализ проблемы

А.Ю. Николаева

ФГБОУ ВО «Тверской государственный университет», г. Тверь, Россия

В статье проведен анализ проблемы развития эмоционального интеллекта. Представлены результаты обзора отечественных программ для детей дошкольного, младшего школьного и подросткового возраста по критериям эмпирической верификации, доступности описания и соответствия признанным моделям. Выявлена возрастная специфика методов. Отмечен дефицит разработок для младших школьников и подростков. Как перспективные техники развития эмоционального интеллекта рассматриваются игровые, арт-терапевтические и музыкально-терапевтические подходы.

*Ключевые слова:* эмоциональный интеллект, программы развития, дети, подростки, арт-терапия, музыкальная терапия, игровые методы, обзор.

В условиях современной действительности индивиды в силу различных причин – социальных и культурных норм, выработанной стратегии взаимодействия с окружающими, внутренних стимулов [4, 16] – все чаще сталкиваются с необходимостью подавления эмоций в угоду рациональному отношению к жизни. На передний план выходит стремление к безбедному существованию и личностному росту, в то время как понимание и изменение своего эмоционального состояния в иерархии «интересов» личности снижается. В итоге игнорирование эмоциональной стороны жизни приводит к психосоматическим заболеваниям [13], снижению субъективного благополучия [6], актуализации проблемы агрессивного поведения [8] и возрастанию числа конфликтных ситуаций [7]. Анализируя негативные последствия пренебрежения аффективной сферой личности, отечественные и зарубежные исследователи подчеркивают необходимость развития эффективных механизмов ее регуляции, что закономерно обосновывает обращение к концепции эмоционального интеллекта как к ключевой компетенции (*soft skills* / гибкие навыки) в современном мире. Формирование и развитие способности к «пониманию своих и чужих эмоций и управлению ими» [11, с. 33] в последние годы приобретает большую популярность. Значимость концепции обусловлена растущей сложностью социальных взаимодействий и ухудшением ментального здоровья граждан [14]. Более того, «согласно отчету Всемирного экономического форума (WEF)», навыки, связанные с эмоциональным интеллектом, начиная с 2020 года, «входят в топ-10 самых востребованных на рынке труда» [15]. Таким образом, со стороны социума возникает потребность в действенных инструментах развития эмоциональной компетентности. В связи с этим специально разработанные программы, направленные на совершенствование навыка понимания и управления эмоциями, становятся актуальными. Обзор существующих предложений в этой области показывает наличие большого количества

практик, применяющих различные методы для достижения поставленных задач. Представленное многообразие затрудняет оценку их результативности.

Учитывая все вышеизложенное, целью нашего исследования является анализ программ развития эмоционального интеллекта с выделением целевых аудиторий, применяемых методик и инструментов оценки их результативности. Теоретическая значимость работы заключается в систематизации существующих данных о программах развития, что создает методологическую основу для дальнейших научных исследований. Практическая значимость состоит в возможности использования полученного материала и выводов для выбора готовых практик и разработки новых образовательных программ.

В ходе подготовки данной работы был выявлен масштабный систематический обзор О.М. Исаевой и С.Ю. Савиновой, опубликованный в рецензируемом журнале ВАК «Современная зарубежная психология». В рамках исследования «для анализа было отобрано 58 статей, опубликованных за период 1999–2020» [5, с. 107] годов, посвященных проблеме развития эмоционального интеллекта. Авторы провели поиск публикаций в базах данных научного цитирования Scopus и Web of Science, используя «комбинацию ключевых слов *development of emotional intelligence*» [5, с. 106]. «Отбор осуществлялся на основе рекомендаций PRISMA-2009» [5, с. 106], т.е. с опорой на международный стандарт для проведения систематических обзоров. Первоначальный поиск выявил 277 публикаций, 14 из которых были повторяющимися. В итоге авторами были найдены 223 статьи, посвященные рассматриваемой теме. После применения критериев отбора из выборки было исключено 165 исследований.

Ознакомившись со статьей «Развитие эмоционального интеллекта: обзор исследований», мы проанализировали библиографический список, который в рамках своей работы использовали О.М. Исаева и С.Ю. Савинова. Результаты показали, что значительная часть источников посвящена программам и методикам развития эмоционального интеллекта (на что указывают маркеры: *training, coaching, intervention, program*). При этом отечественные программы представлены в меньшей доле, чем зарубежные, что обосновывает необходимость отдельной систематизации российских разработок. В связи с этим фокус нашего исследования смещен на анализ отечественных практик развития эмоционального интеллекта.

В проводимом нами обзоре программы были отобраны в соответствии со следующими критериями:

- наличие опубликованных результатов эффективности в рецензируемых источниках (поиск осуществлялся в базах CyberLeninka, eLibrary, PsyJournals);
- доступность описания (цели и/или задачи, продолжительность, формат занятий, используемые методы и техники);

- соответствие признанным моделям эмоционального интеллекта.

Выделение целевых аудиторий осуществлялось на основе возрастной периодизации. Таким образом, нами были проанализированы программы, предназначенные для детей дошкольного, младшего школьного и подросткового возраста. Программы для студентов и взрослых специалистов были исключены из выборки, т.к. они направлены на совершенствование эмоционального интеллекта для решения профессиональных задач, их методический инструментарий (например, тренинг, коучинг) отличается от практик работы с детьми и подростками.

Согласно современным представлениям возрастной психологии, дошкольный возраст – наиболее благоприятный этап для развития эмоциональной сферы ребенка. Умение распознавать эмоции и конструктивно ими управлять создает фундамент психологического благополучия, необходимого для формирования гармоничной личности. Способность к пониманию эмоциональных переживаний, как своих, так и окружающих, закладывает основу для успешной социальной адаптации. Применительно к данному возрастному этапу нами была рассмотрена программа под авторством Ю.В. Лазаревой и А.Е. Рудаковой [10]. В качестве основного метода развития эмоционального интеллекта у детей старшего дошкольного возраста исследователи выбирают арт-терапию. Они предполагают, что использование таких направлений как сказкотерапия, изотерапия (рисование), имаготерапия (ролевое проигрывание ситуаций), положительно влияет на формирование компонентов рассматриваемой способности. Их применение способствует развитию навыка восприятия, идентификации и оценки эмоций – своих и окружающих – и умения определять причины их возникновения [10, с. 253]. По нашему мнению, выбор арт-методов в контексте развития детей дошкольного возраста является целесообразным. Творческий процесс создает безопасное пространство для выражения сложных переживаний, позволяя ребенку визуализировать эмоции. Через творчество он может выразить то, что пока не может сказать словами. Занятия (25–30 минут, 3 раза в неделю) проводятся в игровой форме, что полностью соответствует ведущему виду деятельности в этом возрасте. Программа рассчитана на 30 занятий и реализуется в групповом формате. Задачи авторской методики сводятся к развитию базовых компонентов эмоционального интеллекта. В исследовании после апробации программы на группе детей зафиксированы статистически значимые сдвиги по Т-критерию Вилкоксона ( $p=0,01$ ). Однако отсутствие контрольной группы и малая выборка указывают на потребность в проведении более масштабного испытания. Для обеспечения наглядности и удобства восприятия, основные характеристики рассматриваемой программы, были систематизированы и представлены в табл. 1.

Таблица 1

Организационно-методические условия реализации программы Ю.В. Лазаревой и А.Е. Рудаковой

| Целевая аудитория | Методы и техники                                                                                                                                                                     | Инструменты оценки результативности                                                                                                                                                                                                                                                   |
|-------------------|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| Дети 5–7 лет      | Ролевое проигрывание эмоциональных состояний<br>Отражение эмоциональных состояний через рисунок<br>Присоединение к эмоциональным состояниям персонажей через литературное творчество | Комплект методик, разработанный А.М. Щетининой (стимульный материал – Ю.В. Лазаревой)<br>«Подбор изображений к вербальному описанию ситуаций»<br>«Вербальная фиксация признаков экспрессии с опорой на изображение»<br>«Оживление воспринимаемого персонажа»<br>Т-критерий Вилкоксона |

Учитывая, что многие программы, реализуемые в дошкольных образовательных организациях, направлены на работу конкретно с воспитанниками, особый интерес, по нашему мнению, представляет разработка Ю.В. Братчиковой и Н.С. Волошиной. Согласно их концепции, развитие эмоционального интеллекта детей происходит в совместной игровой деятельности с родителями. Позиция авторов такова: «недостаточное развитие эмоционального интеллекта – одна из главных психолого-педагогических проблем дошкольного возраста» [3, с. 31]. Именно взаимодействие с взрослым становится важным условием для обогащения эмоциональной сферы дошкольника. Согласно теории социального научения, взрослый является эталоном поведения, поэтому ребенок закономерно ориентируется на его образ действий и эмоциональные реакции. Отсутствие позитивного примера со стороны родителей в вопросах эмоциональной экспрессии и самоконтроля, создает препятствие для полноценного развития компонентов эмоционального интеллекта. Программа направлена на «приобретение детьми опыта восприятия и дифференциации разнообразных эмоций у себя и других людей, а также на развитие и амплификацию способов регулирования своего внутреннего эмоционального состояния и его внешней экспрессивной стороны» [3, с. 33]. В структуре выделены три отдельных блока, которые основываются на терапевтическом воздействии игры: мотивационный, подготовительный и основной. Первый блок отвечает за повышение компетентности родителей в вопросах эмоционального интеллекта и их активное участие в формировании эмоциональной компетентности детей. Второй отвечает за поэтапное вовлечение ребенка в совместную игровую деятельность с родителями и сверстниками, за освоение в игровой форме основ эмоциональной грамотности и постепенное делегирование обучающей роли родителям. Третий – совместная деятельность детей и родителей в игровой форме под руководством психолога, активация механизмов социального научения, трансляция эмоциональных норм от взрослого к ребенку. Программа реализуется в групповом формате.

Уникальным авторским инструментом является «Родительский дневник наблюдений», обеспечивающий рефлекссию и перенос приобретенных навыков в семью. Методологическим ограничением разработки становится отсутствие временных рамок для реализации поставленной цели. Другие ключевые параметры обобщены в табл. 2.

Таблица 2

Организационно-методические условия реализации программы  
Ю.В. Братчиковой и Н.С. Волошиной

| Целевая аудитория        | Методы и техники                                                                                                                                                                     | Инструменты оценки результативности                                                                                                                                                                                                |
|--------------------------|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| Дети 5-7 лет<br>Родители | Игротерапия (сюжетно-ролевые, сенсорные игры) техники коммуникаций «Родительский дневник наблюдений» Ритуалы приветствия и прощения как «якорь» позитивного состояния в деятельности | Методика Е.И. Изотовой «Эмоциональная идентификация» Методика Ю.А. Афонькиной «Изучение эмоционально-волевой саморегуляции у детей 5–7 лет» Методика М.А. Нгуена «Что – почему – как» U-критерий Манна–Уитни Т-критерий Вилкоксона |

Переход к младшему школьному возрасту выступает катализатором качественной перестройки эмоциональной сферы ребенка, что обусловлено сменой ведущей деятельности и новыми требованиями, предъявляемыми окружающими. Детям на этом этапе необходимо не просто распознавать эмоции, но и уметь интегрировать эмоциональный опыт в когнитивную деятельность и социальное взаимодействие. Сформированный эмоциональный интеллект необходим обучающимся для решения учебных задач, поскольку навыки саморегуляции позволяют лучше справляться со стрессом и давлением, возникающими в школьной среде. Принимая во внимание, что в младшем школьном возрасте потребность в двигательной активности остается высокой [12], нами была проанализирована программа Ю.Н. Кузнецовой [9], направленная, в том числе, на развитие навыков понимания и управления эмоциями через танцевальные практики. Методика рассчитана на один учебный год. Высокая эффективность подхода подтверждается повторным тестированием, фиксирующим статистически значимый рост показателей уровня эмоционального интеллекта у детей экспериментальной группы. Цель программы – «предоставить детям эмоциональную разгрузку во время учебного и тренировочного года, увеличить их активность и подвижность, повысить их гибкость и пластичность, добавить работу над актерским мастерством, тем самым повысить уровень их эмоционального интеллекта; представить комплекс упражнений, который сможет помочь педагогу по танцевальным практикам наиболее эффективно поспособствовать развитию эмоционального интеллекта ребенка» [9, с. 63]. Автором выделено семь задач, смысл которых сводится к развитию эмоциональной осознанности, саморегуляции, эмпатии и уверенности в себе посредством танцевально-

игровых практик. Выбор такой техники воздействия на эмоциональную сферу ребенка, по нашему мнению, теоретически обоснован. Через танец дети могут выразить свои эмоциональные переживания, в том числе те, которые они еще не способны вербализировать. Метод создает безопасную психологическую дистанцию: школьник переживает эмоцию не от своего имени, а через образ, что позволяет конструктивно выражать позитивные или негативные состояния социально приемлемыми способами. Совместный танец предполагает соблюдение общего ритма, что формирует и развивает чувство принадлежности к группе и эмпатию. Несмотря на доказанную эффективность, описание программы остается обобщенным. Отсутствие детального описания методических механизмов и обоснования выбора конкретных техник ограничивает возможность самостоятельного воспроизведения данной практики. Программа включена в обзор как пример, подтверждающий перспективность этого подхода в работе с детьми данной возрастной группы. Остальная информация, представленная в публикации, отражена в табл. 3.

Таблица 3

Организационно-методические условия реализации программы Ю.Н. Кузнецовой

| Целевая аудитория | Методы и техники                                                                 | Инструменты оценки результативности                                                                                                                                                                                      |
|-------------------|----------------------------------------------------------------------------------|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| Дети 6–10 лет     | Танцевальные практики<br>Игры и упражнения, основанные на танцевальных движениях | Авторский тест по методике Пола Экмана (распознавание эмоций по мимике)<br>Модифицированный тест Д. Векслера<br>Тест на определение уровня когнитивных способностей;<br>U-критерий Манна–Уитни;<br>T-критерий Уилкоксона |

В числе современных методик развития эмоционального интеллекта младших школьников следует отметить разработку М.Н. Безукладниковой «В мире эмоций» [2]. Следует отметить, что программа представляет собой методическое описание без эмпирической верификации, поэтому источник включен в наш обзор в ознакомительных целях для демонстрации существующих практик. Методика разделена на три раздела: «Самопознание» – представление о себе и своих эмоциях; «Я и эмоции» – знакомство с различными эмоциональными состояниями; «Мой язык общения» – обсуждение различных аспектов взаимоотношения людей. В работе указана цель и четко сформулированы задачи. Автор предлагает использовать игры и упражнения (конкретные названия не указаны), а также обсуждение в ходе работы с детьми.

Дальнейший анализ публикаций в базах CyberLeninka, eLibrary, PsyJournals выявил, что количество программ развития эмоционального интеллекта для младших школьников, соответствующих всем критерия отбора, представлено ограничено. По этой причине в авторские методики данного возрастного этапа включена программа с подтвержденной

эффективностью, но с недостаточным методическим описанием, принадлежащая Ю.Н. Кузнецовой, и разработка М.Н. Безукладниковой с подробной методической структурой, но без эмпирической верификации.

Если в младшем школьном возрасте эмоциональный интеллект формируется преимущественно в контексте учебной деятельности и взаимодействия с взрослыми, то подростковый период знаменует собой качественно новую ступень, при которой ведущая деятельность, согласно культурно-исторической теории, смещается на интимно-личностное общение со сверстниками. Эмоциональная сфера перестраивается под влиянием кризиса подросткового возраста и отличается на данном этапе высокой лабильностью. Одной из немногих программ развития для этой возрастной группы с опубликованными результатами эмпирического исследования, является работа К.В. Адушкиной [1]. Автор использует музыкальную терапию, как средство для развития эмоционального интеллекта. В отличие от младших школьников, которым, в силу возрастных особенностей, необходима двигательная активность, подростки нуждаются в рефлексии и безопасной дистанции. Музыка обходит их защиту и позволяет открыться. Подросток, как он считает, говорит не о себе и своих переживаниях, а о музыкальных фрагментах, что ощущается для него психологически безопаснее. В структуре программы К.В. Адушкиной выделено пять блоков, направленных на формирование внутриличностного и межличностного эмоционального интеллекта. Проверка эффективности программы, проведенная автором, выявила статистически значимый сдвиг между контрольной и экспериментальной группами в общей сложности за 42 часа (14 занятий по 3 астрономических часа), что свидетельствует о результативности техники. Несмотря на значимые результаты ( $p < 0,05$ ) малый объем выборки указывает на необходимость дальнейшей верификации методики. Другие, интересующие нас данные, представлены в табл. 4.

Таблица 4

Организационно-методические условия реализации программы К.В. Адушкиной

| Целевая аудитория   | Методы и техники                                                                                                                                                                         | Инструменты оценки результативности                                                                                                                  |
|---------------------|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| Подростки 13–14 лет | Пассивное восприятие музыки и активная работа с образами (вербализация, рисование, движение под музыку); самовыражение через музицирование; групповые дискуссии; рефлексивные упражнения | Д. Гоулман «Эмоциональный интеллект»;<br>Д.В. Люсин «Эмоциональный интеллект»;<br>Н. Холл Тест EQ<br>U-критерий Манна–Уитни<br>T-критерий Уилкоксона |

Таким образом, проведенный нами анализ позволяет сделать следующие выводы:

1) наблюдается дефицит программ развития эмоционального интеллекта для детей младшего школьного и подросткового возраста,

соответствующих одновременно критериям наличия опубликованных результатов в рецензируемых источниках, доступности описания и соответствия признанным моделям;

2) большинство исследований апробировано на малых выборках, поэтому для развития интересующего нас направления необходима масштабная эмпирическая верификация существующих и перспективных методик;

3) программы, прошедшие отбор, демонстрируют статистически значимые сдвиги, что подтверждает перспективность игровых, арт-терапевтических, музыкально-терапевтических подходов в работе с детьми и подростками для развития способности к пониманию и управлению эмоциями;

4) недостаточная конкретизация методических описаний в ряде источников ограничивает возможность повторения предложенных успешных практик;

5) методы, использованные в анализируемых нами программах, специфичны для каждого возрастного этапа и соответствуют закономерностям психического развития. Для дошкольников доминирует участие взрослого (модель эмоционального поведения), для младших школьников преобладают подходы предполагающие деятельность, для подростков – рефлексивные и групповые терапии (ориентация на группу сверстников и их обратную связь).

В перспективе нашего исследования возможно включение в анализ программ для студентов и взрослых специалистов, а также сравнительный анализ отечественных и зарубежных методик.

#### СПИСОК ЛИТЕРАТУРЫ

1. Адушкина К.В. Развитие эмоционального интеллекта подростков в условиях учреждения дополнительного образования средствами музыкальной терапии // Педагогическое образование в России. 2015. №9. С. 47–51. URL: <https://cyberleninka.ru/article/n/razvitie-emotsionalnogo-intellekta-podrostkov-v-usloviyah-uchrezhdeniya-dopolnitelnogo-obrazovaniya-sredstvami-muzykalnoy-terapii> (дата обращения: 22.02.2026).
2. Безукладникова, М. Н. Программа развития эмоционального интеллекта младших школьников «в мире эмоций» / М. Н. Безукладникова // Аллея науки. 2025., Т. 2, № 1(100). С. 999–1003. URL: <https://elibrary.ru/item.asp?id=82776982> (дата обращения: 20.02.2026)
3. Братчикова Ю.В., Волошина Н.С. Развитие эмоционального интеллекта детей дошкольного возраста в совместной игровой деятельности с родителями // Педагогическое образование в России. 2019. №7. URL: <https://cyberleninka.ru/article/n/razvitie-emotsionalnogo-intellekta-detey-doshkolnogo-vozrasta-v-sovmestnoy-igrovoy-deyatelnosti-s-roditelyami> (дата обращения: 20.02.2026).
4. Бреслав Г.М. Психология эмоций. 4-е изд., стер. М.: Смысл. 2018 672 с.
5. Исаева О.М., Савинова, С.Ю. Развитие эмоционального интеллекта: обзор исследований. Современная зарубежная психология. 2021. №10(2). С. 105–116. URL: <https://doi.org/10.17759/jmfp.2021100211> (дата обращения: 19.02.2026)

6. Казначеева Н. Б., Синельникова Е. С. Эмоциональный интеллект и ценностные ориентации как психологические факторы удовлетворенности жизнью у студентов // Ученые записки университета Лесгафта. 2022, №6 (208). С. 476–470. URL: <https://cyberleninka.ru/article/n/emotsionalnyy-intellekt-i-tsennostnye-orientatsii-kak-psihologicheskie-factory-udovletvorennosti-zhiznyu-u-studentov> (дата обращения: 10.02.2026).
7. Камнева Н. А. Исследование содержания эмоциональной направленности стиля поведения семейного межличностного конфликтного взаимодействия в России // Вестник ТГУ. Серия: Гуманитарные науки. 2014, №4 (132). С. 186–193. URL: <https://cyberleninka.ru/article/n/issledovanie-soderzhaniya-emotsionalnoy-sostavlyayuschey-stiley-povedeniya-semeynogo-mezhlichnostnogo-konfliktного> (дата обращения: 18.02.2026).
8. Кочетова Ю.А., Климакова М.В. Эмоциональный интеллект и агрессия в зарубежных исследованиях. Современная зарубежная психология. 2019. №8 (3). С. 29–36. URL: <https://doi.org/10.17759/jmfp.2019080303> (дата обращения: 10.02.2026).
9. Кузнецова Ю.Н. Развитие эмоционального интеллекта путем танцевальных практик у детей 6–10 лет // Современные проблемы науки и образования. 2023, № 4. С. 59–66. URL: <https://elibrary.ru/item.asp?id=54387443> (дата обращения: 20.02.2026)
10. Лазарева Ю.В., Рудакова А.Е. Арт-терапия как средство развития эмоционального интеллекта детей старшего дошкольного возраста // Научный диалог. 2018. №6. URL: <https://cyberleninka.ru/article/n/art-terapiya-kak-sredstvo-razvitiya-emotsionalnogo-intellekta-detey-starshego-doshkolnogo-vozrasta> (дата обращения: 19.02.2026).
11. Люсин Д.В. Современные представления об эмоциональном интеллекте // Социальный интеллект: Теория, измерение, исследования / под ред. Д.В. Люсина, Д.В. Ушакова. М.: Институт психологии РАН. 2004. С. 29–44.
12. Обухова Л.Ф. Возрастная психология: учебник для бакалавров. М.: Юрайт. 2013. 432 с.
13. Психосоматические расстройства в клинической практике / под ред. акад. РАН А.Б. Смулевича. 2-е изд. М.: МЕДпресс-информ, 2019. 776 с.
14. Семелёва Е.В. Плигина Е.В. Ментальное здоровье населения России // Международный научно-исследовательский журнал. 2025. №1 (151). URL: <https://research-journal.org/archive/1-151-2025-january/10.60797/IRJ.2025.151.99> (дата обращения: 18.03.2026)
15. Эмоциональный интеллект педагога: развитие навыков управления своими эмоциями и эмоциями класса, профилактика профессионального выгорания: пресс-релиз / Финансовый университет при Правительстве Российской Федерации // Ведомости [офиц. сайт]. 2025. 27 октября. URL: [https://www.vedomosti.ru/press\\_releases/2025/10/27/emotsionalnii-intellekt-pedagoga-razvitie-navikov-upravleniya-svoimi-emotsiyami-i-emotsiyami-klassa-profilaktika-professionalnogo-vigoraniya](https://www.vedomosti.ru/press_releases/2025/10/27/emotsionalnii-intellekt-pedagoga-razvitie-navikov-upravleniya-svoimi-emotsiyami-i-emotsiyami-klassa-profilaktika-professionalnogo-vigoraniya) (дата обращения 11.02.2026).
16. Gross J.J. Emotion Regulation: Current Status and Future Prospects // Psychological Inquiry, 2015. № 26(1). P.1–26.

*Об авторе:*

*Николаева Анастасия Юрьевна – аспирант ФГБОУ ВО «Тверской государственный университет» (Россия, 170100, г. Тверь, ул. Желябова, 33), e-mail: nikolaeva\_an.yurievna@mail.ru*

## **Development of emotional intelligence: analysis of the problem**

**A.Yu. Nikolaeva**

The article analyzes the problem of emotional intelligence development. The results of a review of domestic programs for preschool, primary school, and adolescent children are presented according to the criteria of empirical verification, accessibility of description, and compliance with recognized models. The age-specific features of the methods are identified. The lack of development programs for primary schoolchildren and adolescents is noted. Game, art-therapeutic, and music-therapeutic approaches are considered as promising techniques for developing emotional intelligence.

**Keywords:** *emotional intelligence, development programs, children, adolescents, art-therapy, music therapy, game methods, review.*

*About the author:*

*Nikolaeva Anastasia Yurievna – postgraduate student at Tver State University (Russia, 170100, Tver, Zhelyabova St., 33), e-mail: nikolaeva\_an.yurievna@mail.ru*

Дата поступления рукописи в редакцию: 28.02.2026.

Дата принятия рукописи в печать: 01.04.2026.