

«РАЗВИТИЕ ЭМОЦИОНАЛЬНОГО ИНТЕЛЛЕКТА У ДЕТЕЙ ДОШКОЛЬНОГО ВОЗРАСТА»

*Неделько О.Н., старший воспитатель
МБДОУ Детский сад №33,
г.Октябрьский, Республика
Башкортостан*

Эмоции не знают языка,
По ним определяют настроенье-
Они как дуновение ветерка:
В них и печаль, и радость, и
смятение.

Эмоции- как дополнение к словам,
Когда слова уже ничто не значат,
А разрывая смысл пополам,
Они тогда себя почти не прячут.
Б. Цветков

Дошкольный возраст – это период эмоционального развития детей, становление их самосознания, период высокой творческой активности. Ребенок дошкольного возраста познаёт не только себя, но и окружающий его мир. Основную роль в этом процессе играют именно эмоции. Детям дошкольного возраста особенно сложно понять весь яркий спектр чувств и эмоций, разобраться с разочарованиями и сомнениями, поражениями и победами. Именно в дошкольном возрасте ребенок осваивает высшие формы экспрессии- выражение чувств с помощью интонации и мимики, пантомимики, что помогает ему понять свои и чужие переживания, учит управлять своими эмоциями в трудных ситуациях.

Одно из современных актуальных направлений в дошкольном образовании- развитие эмоционального интеллекта- способности тщательного постижения, оценки и выражения эмоций; понимания своих эмоций и эмоциональных знаний; принятие эмоций окружающих, а также способность управления эмоциями, которая содействует эмоциональному и интеллектуальному росту личности.

Наблюдения за детьми показывает наличие определенных нарушений в общении – уход от контактов со сверстниками, конфликты, нежелание считаться с мнением другого. Современные дети стали менее отзывчивыми к чувствам других. Поэтому, многих детей необходимо учить осознавать, контролировать и в безопасной форме проявлять свои эмоции.

Основной целью нашей работы стало создание условий для развития эмоционального интеллекта детей дошкольного возраста.

Работу по развитию эмоционального интеллекта мы строим в несколько этапов:

1. Диагностический этап. Для проведения диагностики мы использовали следующие методики: Нгуен Мин Ань «Диагностика уровня развития эмоционального интеллекта старшего дошкольника», которая включает в себя анкетирование родителей и воспитателей. Методика «Лесенка» В. Щур для исследования уровня самооценки детей с 4 до 10 лет. Методика «Выбери нужное лицо» В. Амен, М. Дорки. Р. Теммпл для исследования уровня тревожности у детей с 4-7 лет.

На основе проведенной диагностики мы сформировали свою систему работы с детьми.

2. Коррекционно- развивающая работа с детьми. На этом этапе проводятся занятия по развитию и формированию у детей навыков взаимодействия друг с другом; умению распознавать свои эмоции и адекватно их проявлять; умение работать в группе. Свою систему работы с детьми по развитию эмоционального интеллекта мы построили на чтении и обсуждении специально подобранной детской литературы, сочинении собственных сказок, этических беседах, организованной образовательной деятельности, посредством обыгрывания сказочных сюжетов с помощью различных видов театра, показа миниатюр, содержащих разные эмоции, эмоциональных танцев.

Но основным методом формирования компонентов эмоционального интеллекта является игра, как ведущий вид деятельности дошкольника.

Сюжетно- ролевая игра- школа чувств, в ней формируется эмоциональный мир ребенка. Играя в сюжетно-ролевые игры «Семья», «Больница», «Школа», «Салон красоты», «Магазин» и др. дети узнают о способах выражения собственных эмоций (мимика, жесты, позы, слова), а также совершенствуют способность управлять своими чувствами и эмоциями. Примеряя на себя роль с установленными условиями игры поведенческой моделью, ребенок учится понимать других людей, учитывать их побудительные мотивы, настроения, пожелания.

В группах нашего детского сада появился центр эмоционального развития детей «Палитра эмоций», в который мы включили разнообразные игры. В нашем игровом пособии выделено шесть кармашков, посвященных базовым эмоциям дошкольников: радость, удивление, грусть, злость, спокойствие, испуг. В каждом кармашке представлен разработанный дидактический материал, который мы постоянно пополняем. Также нами подобраны загадки, ребусы и

сказки про эмоции, из которых ребенок знакомится с эмоциями и их проявлениями, учится их распознавать у себя и окружающих.

Один из методических приемов, которые мы используем - «Цветок настроения». Он позволяет отслеживать настроение детей, приходящих утром в детский сад, а также помогает детям выражать свои чувства и эмоции в течении дня.

Для ознакомления детей с основными эмоциями: радость, грусть, злость, удивление, испуг мы разработали дидактические игры: «Кубик эмоций», «Конструктор эмоций», игру «Собери свое настроение». Например, «Кубик эмоций» позволяет развивать эмоциональную сферу дошкольников, расширять представления об эмоциях.

Для формирования у детей понятия о разделении эмоций на положительные и отрицательные мы используем такую игру как «Домик эмоций». В этой игре мы предлагаем детям определить какая эмоция соответствует герою мультфильмов и сказок и поселить их в нужный домик.

Игры «Определи эмоцию сказочного героя», «Тренажер эмоций» позволяют развивать у детей умение увидеть и услышать различные эмоциональные состояния, предложенные в литературных произведениях.

В нашей палитре эмоций есть игры, которые помогают формировать у детей умение контролировать свои эмоции, делиться своими переживаниями: «Эмоциональные ромашки», «Собери картинку», «Покажи эмоцию».

Нашим воспитанникам очень нравится играть в такие игры как «Настроение», «Дорисуй эмоцию», «Найди пару», «Эмоциональные грибочки». Они позволяют определить эмоциональное состояние других по мимике и пантомимике. Каким был каждый прожитый день в детском саду: веселым, грустным, трудным, удивительным наши дети определяют сами с помощью «Баночек эмоций». Каждый вечер дети кладут в одну баночку смайлик с эмоцией, которую чаще всего видел в этот день, а в другую баночку - смайлик с эмоцией, которую чаще всего испытывал. В конце недели смотрим, каких эмоций было больше.

Для сменяемости материала в пособии нами была создана подборка разнообразных дидактических игр по развитию эмоционального интеллекта. Дети с нетерпением каждый день заглядывают в кармашки «Палитры эмоций» для того, чтобы узнать что-то новое об эмоциях. Также нами была разработана «Книга чувств и эмоций» - сборник игр, направленных на развитие эмоционального интеллекта у дошкольников. В данный сборник входят такие игры, как «Поменяйся местами», «Волшебное превращение», «Хвост дракона», «Радуга эмоций», «Волшебные слова». В этих играх дети обретаю уверенность и чувствуют себя частью коллектива, снижают уровень тревожности.

Особой миссией нашей работы по развитию эмоционального интеллекта у дошкольников мы считаем формирование у детей умения «проживать» эмоции, не делить их на хорошие и плохие. Поэтому негативные эмоции наши дети выплескивают безопасным путем: во время боя подушками или в игре в «снежки».

Осознавая, что самым эффективным средством развития эмоционального интеллекта ребенка в дошкольном учреждении выступает совместная деятельность, как спонтанно возникающая, так и специально организованная педагогами, свою работу выстраиваем в диалоге с педагогом- психологом, родителями.

3. Анализирующий этап. Проводится контрольная диагностика эмоционально-волевой сферы детей, анкетирование педагогов и анализ результатов. Мы пришли к выводу, что в результате нашей работы:

Дети научились понимать себя, понимать и управлять своими эмоциями, взаимодействовать с окружающими: взрослыми и сверстниками. У детей развивается эмпатия, способность сотрудничать и сопереживать. Развитие у дошкольников самопонимания привело к формированию у них здорового самосознания и повышению уверенности в себе, снижению уровня тревожности. Умение управлять эмоциями позволяет детям спокойнее реагировать на сложные ситуации и стрессовые события. Развитый эмоциональный интеллект позволяет детям строить здоровые отношения с семьей и друзьями, так как они лучше понимают влияние их слов и действий на других людей.

Чем больше радости у ребёнка в детстве, тем больше он её подарит людям, став взрослым. Наша задача как педагогов научить детей принимать и переживать любые эмоции.

Список литературы

1. Эмоциональный интеллект: исследования феномена / И.Н. Андреева // Вопросы психологии – 2006. - №3 – с. 78-86. Источник:<https://andreeva.by/emocionalnyj-intellekt-issledovaniya-fenomena.html> (19.03.2022г.)
2. Джон Готтман, Джоан Деклер «Эмоциональный интеллект ребёнка» М.: Манн, Иванов и Фербер, 2020. 296 с.
3. Крюкова С.В., Слободяник Н.П. Удивляюсь, злюсь, хвастаюсь и радуюсь. Программы эмоционального развития детей дошкольного и младшего школьного возраста: Практическое пособие – М.: Генезис, 1999.

4. Танкова, О. В. Как воспитать в ребенке будущего президента? Развитие эмоционального интеллекта и лидерства у детей дошкольного возраста / О. В. Танкова. — М.: Феникс, 2015. — 256 с.