

ЭМОЦИОНАЛЬНЫЙ ИНТЕЛЛЕКТ И МОТИВАЦИЯ: КЛЮЧ К РАСКРЫТИЮ ПОТЕНЦИАЛА ОДАРЕННЫХ ДЕТЕЙ

Образцова Т.А.

Муниципальное казенное дошкольное образовательное учреждение

«Детский сад №8», г. Лиски, Воронежская область

Мы часто восхищаемся интеллектуальными способностями одарённых детей, их успехами и талантами, но забываем, что за всеми этими достижениями стоит хрупкий внутренний мир, требующий особого внимания и бережной поддержки. Мы рассмотрим, возможно, самую важную, но порой упускаемую из виду сторону жизни одаренных детей – их эмоциональное благополучие: как именно эмоциональный интеллект влияет на мотивацию одаренных детей, и какие практические стратегии мы можем использовать, чтобы помочь им раскрыть весь свой потенциал, как интеллектуальный, так и эмоциональный.

Признание важности эмоционального благополучия

Эмоциональное благополучие – это не просто отсутствие негативных эмоций; это основа для полноценного развития личности, для успешного обучения, для самореализации и счастливой жизни. Одаренные дети не исключение, а скорее даже более уязвимая группа. Их выдающиеся способности часто сочетаются с повышенной чувствительностью, склонностью к перфекционизму, критическим мышлением и другими особенностями, которые могут создавать серьезные эмоциональные трудности. Педагогу важно – не просто констатировать эти проблемы, но и подобрать конкретные инструменты и стратегии, которые можно применять в своей повседневной жизни – будь то роль родителя, педагога, наставника или друга. Поэтому педагогу важно понимать: что такое эмоциональный интеллект, как он влияет на мотивацию одаренных детей. И самое главное – что он можем сделать на практике, чтобы поддержать эмоциональное благополучие одарённых детей.

Кратко определим ключевые понятия. Что такое одаренность? Это многогранное понятие, которое включает в себя различные виды талантов и способностей, будь то интеллектуальная, творческая, социальная, академическая, или другие формы. Эмоциональный интеллект – это способность понимать и управлять своими эмоциями, а также эмоциями других людей. И, наконец, мотивация – это движущая сила, которая побуждает нас к действию, к достижению поставленных целей и к самосовершенствованию.

Понимание особенностей одаренных детей

Важно понимать, что одаренные дети – это не однородная группа. Каждый ребенок уникален, со своими талантами, своими интересами и своими эмоциональными потребностями. И хотя их различия могут быть огромными, есть и общие черты, которые характерны для многих одаренных детей и которые могут создавать определенные трудности.

Во-первых, это повышенная чувствительность. Одаренные дети часто более восприимчивы к эмоциональным сигналам, как своим, так и окружающих. Они могут более интенсивно переживать как радостные, так и грустные моменты, что, безусловно, требует от нас, взрослых, особой бережности и чуткости. Во-вторых, это перфекционизм. Стремление к идеалу и боязнь совершить ошибку могут приводить к сильному стрессу, тревоге и выгоранию. В-третьих, это социальная изоляция. Трудности в общении со сверстниками, у которых могут быть другие интересы и уровень развития, могут приводить к чувству одиночества и непонимания. Наконец, это страх неудачи и критическое мышление, которые, в свою очередь, могут приводить к низкой самооценке и неуверенности в своих силах.

Важно понимать, что эти эмоциональные вызовы неразрывно связаны с мотивацией. Негативные эмоции, такие как страх, стресс и разочарование, могут подорвать мотивацию к обучению и саморазвитию, а позитивные эмоции, такие как интерес, радость и уверенность в себе, наоборот, могут ее усилить. Именно поэтому так важно понимать, как работает эмоциональный

интеллект, и как мы можем использовать его для поддержки мотивации одаренных детей.

Эмоциональный интеллект и его влияние на мотивацию

Итак, как же эмоциональный интеллект влияет на мотивацию?

Рассмотрим ключевые компоненты эмоционального интеллекта:

- самосознание - способность осознавать свои эмоции, понимать их причины и влияние на свои мысли и поведение. Ребенок, обладающий хорошим самосознанием, лучше понимает свои потребности, свои сильные и слабые стороны, что позволяет ему ставить более реалистичные цели и более эффективно достигать их;

- саморегуляция - способность управлять своими эмоциями, справляться со стрессом, тревогой и импульсивными реакциями. Одаренные дети, склонные к перфекционизму, часто нуждаются в развитии навыков саморегуляции, чтобы научиться справляться с неудачами, не отчаиваясь и не теряя мотивации;

- социальная осведомленность - способность понимать эмоции других людей, проявлять эмпатию и сочувствие. Одаренные дети, часто склонные к социальной изоляции, нуждаются в развитии социальных навыков, чтобы чувствовать себя частью коллектива, устанавливать позитивные отношения и получать поддержку;

- управление отношениями - способность строить позитивные отношения, эффективно общаться и разрешать конфликты. Умение сотрудничать, находить компромиссы и поддерживать других – это важные навыки для успешной самореализации, как в обучении, так и в жизни.

Все эти компоненты эмоционального интеллекта взаимосвязаны и влияют на мотивацию одаренных детей. Ребенок, обладающий высоким эмоциональным интеллектом, более устойчив к стрессу, более настойчив в достижении своих целей, более уверен в себе и более успешен в отношениях с окружающими.

Практические стратегии поддержки эмоционального благополучия

Поддержка эмоционального благополучия одаренных детей на практике:

Развитие самосознания:

1. Практики осознанности: обучать детей техникам медитации, дыхательным упражнениям, чтобы помочь им сосредоточиться на настоящем моменте и лучше понимать свои чувства.

2. Ведение дневника эмоций: предлагать детям вести дневники, где они могут фиксировать свои чувства и переживания (используя выбранные смайлики, картинки или записывая), анализировать их причины и влияние на свое поведение.

3. Рефлексивные вопросы: задавать детям вопросы, которые помогают им задумываться о своих эмоциях: «Как ты себя чувствуешь?», «Что вызвало это чувство?», «Что ты можешь сделать, чтобы справиться с этим чувством?»

Развитие саморегуляции:

1. Техники управления стрессом: обучать детей техникам глубокого дыхания, релаксации, медитации, которые помогают снять напряжение и контролировать свои эмоции.

2. Когнитивная переоценка: помогать детям переформулировать негативные мысли, искать позитивные стороны в ситуациях, которые вызывают тревогу или разочарование.

3. Развитие планирования: помогать детям планировать свое время, разбивать большие задачи на более мелкие, чтобы снизить чувство перегрузки и тревожности.

Развитие социальных навыков:

1. Обучение активному слушанию: обучать детей слушать других, не перебивая, задавать уточняющие вопросы и проявлять интерес к мнению собеседника.

2. Техники эмпатии: предлагать детям ставить себя на место других людей, пытаться понять их чувства и переживания.

3. Техники конструктивного общения: обучать детей выражать свои мысли и чувства вежливо и уважительно, разрешать конфликты мирным путем, искать компромиссы.

4. Поощрение командной работы: предлагать детям участвовать в совместных проектах, где они учатся сотрудничать, поддерживать друг друга и достигать общих целей.

Создание поддерживающей среды:

1. Безопасная и доверительная атмосфера: обеспечить открытую и доверительную среду в семье и в детском саду, где дети чувствуют себя принятыми, любимыми и понятыми.

2. Позитивная обратная связь: фокусироваться на усилиях и прогрессе ребенка, а не только на результатах. Хвалить их за настойчивость, за креативность, за умение справляться с трудностями.

3. Поощрение увлечений и интересов: помогать детям найти то, что их по-настоящему увлекает, что приносит им радость и удовлетворение, и обеспечить им возможность заниматься этим в свободное время.

Роль взрослых в поддержке

Мы, взрослые – родители, педагоги, наставники, - играем ключевую роль в эмоциональном развитии одаренных детей. От нашего понимания, от нашей поддержки и от нашего умения создавать благоприятную среду зависит их благополучие и успех.

Роль родителей

Родителям важно постараться создать дома атмосферу любви, принятия и поддержки, где ребенок может, открыто выражать свои чувства, не боясь осуждения. Важно общаться с ребенком, слушать его, задавать вопросы, проявлять интерес к его переживаниям, помогать ему в развитии навыка саморегуляции, учить его справляться со стрессом, тревогой и перфекционизмом, поощрять его самостоятельность, давать ему возможность принимать собственные решения и нести за них ответственность.

Роль педагогов

Педагогам важно создавать среду, где каждый ребенок сможет найти дело по интересу; индивидуализировать обучение, учитывая особенности каждого ребенка; использовать методы активного обучения, стимулирующие

познавательный интерес и творческую активность; давать обратную связь, которая направлена на процесс, а не только на результат.

Важно установить эффективное сотрудничество между родителями и педагогами. Обмениваться информацией и опытом, чтобы создать единый подход к развитию ребенка.

Подводя итог, можно сказать, что эмоциональный интеллект – это навык, который можно развивать. И каждый из нас может внести свой вклад в то, чтобы одаренные дети не только достигали успехов в обучении, но и становились счастливыми, уверенными в себе и эмоционально устойчивыми личностями. Поэтому важно быть внимательными к детям, поддерживать их на каждом этапе их развития.

Литература:

1. Андреева И. Н. Азбука эмоционального интеллекта. - СПб.: БХВ - Петербург, 2012. С. 288
2. Куракина А. О. Модель психолого-педагогического сопровождения развития эмоционального интеллекта дошкольников. // *Фундаментальные исследования*. 2013. № 11.