

РАЗВИТИЕ ЭМОЦИОНАЛЬНОГО ИНТЕЛЛЕКТА У ДЕТЕЙ ДОШКОЛЬНОГО ВОЗРАСТА

Колесникова Л. И.

Муниципальное казенное дошкольное образовательное учреждение

Центр развития ребенка – детский сад № 17 г. Россоши

Россошанского муниципального района Воронежской области

Главным аспектом, в развитии эмоционального интеллекта у детей дошкольного возраста, развитие способности понимать чувства другого ребенка, взрослого, ставя себя на его место и чувствуя его переживания и эмоции. В первую очередь речь идет о развитии эмпатии, осознанного противостояния злу и проявлению радости за другого.

Дети, любого возраста, очень эмоциональны, от природы они имеют целую гамму чувств, но еще не могут контролировать их. Задача взрослых, помочь детям научиться понимать, различать свои эмоции и эмоции окружающих. Развивать эмоциональный интеллект дошкольников. Что же такое эмоциональный интеллект?

Эмоциональный интеллект (от англ. *emotional intelligence, EI*) определяется как способность человека распознавать эмоции, понимать намерения, мотивацию и желания других людей и свои собственные, а также способность управлять своими эмоциями и эмоциями других людей в целях решения практических задач.

У дошкольников эмоциональный интеллект может быть представлен как основа развития положительной адаптации и социализации в человеческом обществе. Умение распознавать, проявлять эмоции поможет ребенку при социализации, для оценки окружающей действительности. Если же говорить о дальнейшей жизни, то высокий эмоциональный интеллект снижает уровень стресса на работе, помогает легче добиваться профессионального успеха и справляться с неудачами, выстраивать гармоничные отношения с партнером и строить крепкую семью.

В свою очередь, недостаточное развитие эмоционального интеллекта грозит ребенку нервными срывами, беспричинными слезами, криками. Малыш просто не понимает, что с ним происходит, и не может справиться со своими базовыми эмоциями: страхом, печалью, радостью, удивлением.

Целевой ориентир, который затрагивает развитие эмоционального интеллекта детей дошкольного возраста, определяет следующие характеристики: «ребенок обладает установкой положительного отношения к миру, другим людям, самому себе, обладает чувством собственного достоинства; активно взаимодействует со сверстниками и взрослыми, участвует в совместных играх. Способен договариваться, учитывать интересы других, адекватно проявляет свои чувства, в том числе чувство веры в себя, старается разрешать конфликты».

Для того чтобы оказать детям дошкольного возраста помощь в развитии их эмоционального интеллекта, необходимо разобраться с особенностями развития эмоций у детей дошкольного возраста.

Особенности эмоционального развития детей дошкольного возраста:

1. Ребенок осваивает социальные формы выражения чувств;
2. Ребенок начинает понимать эмоцию и соотносить ее со словом и поведением;
3. Формируется эмоциональное предвосхищение;
4. Формируются высшие чувства: нравственные, интеллектуальные, эстетические;
5. Чувства становятся разумными, осознанными, обобщенными, произвольными.

Зная эти особенности в развитии эмоций, будет интересно понаблюдать за детьми в различных видах деятельности, и увидеть, как дети воспринимают друг друга, как меняется проявление эмоциональной составляющей личности ребенка в различном возрасте.

Существуют разные способы развития эмоционального интеллекта дошкольников. Рассмотрим их:

Способы развития эмоционального интеллекта у детей дошкольного возраста:

1. Сюжетно-ролевая игра - ролевые действия, развитие сюжета, помогают ребенку понять другого, учесть его настроение, пожелания;
2. Трудовая деятельность – помогает достичь положительного результата, испытать радость за совершенный с другими детьми труд или а хорошо выполненное поручение;
3. Произведения художественной литературы – помогают ребенку в сравнении себя с положительным героем. Дошкольник, учится сопереживанию главному герою. Учат оценивать поведение и поступки отрицательных героев;
4. Творческая деятельность - помогают развитию эстетических чувств, формированию чувства прекрасного; перенос понятия «красота» на поведение детей, людей.

Для тренировки и развития эмоционального интеллекта существует множество игр. Большое преимущество таких игр в том, что они веселые и не требуют особой подготовки. Очень важно для взрослого в момент игры быть максимально включенным в процесс: слушать, сопереживать, реагировать.

Игры с детьми для развития эмоционального интеллекта.

«Чтение стихотворений с разными эмоциями»

Для этой игры подойдут любые короткие стихи, например, А. Барто из цикла «Игрушки». Педагог первым читает стихотворение, эмоционально окрашивая его определенной эмоцией, а дети отгадывают эту эмоцию. Далее игра усложняется, и дети сами выбирают эмоцию и читают с ней стихотворения, другие дети продолжают угадывать эмоции.

«Баночка эмоций»

«Баночка эмоций» помогает ребенку выразить своё настроение, свое эмоциональное состояние. Ребенок, утром, или в течении дня, опускает в баночку тот смайлик, который соответствует его настроению. Дошкольнику сложно словами выразить свои эмоции, ему проще их показать. Если ребенок выбрал грустный, сердитый смайлик, то это сигнал, что необходимо помочь

ребенку. Педагог подбирает упражнение, игру, приём для улучшения эмоционального состояния ребенка.

«Коробочка радости»

Для развития эмоционального интеллекта вместе с детьми можно сделать «Коробочку радости», которая будет храниться в группе.

Это коробочка помогает:

- сплотить детей группы;
- формировать положительный эмоциональный фон;
- формировать у детей умений управлять своими эмоциями;
- расширять представления детей об эмоциональном состоянии

«Радость»;

- развивать коммуникативные навыки.

Для изготовления такой коробочки понадобится

Оборудование:

1. Картонная коробка, эстетично оформленная.
2. Сюжетные картинки на тему «Радость»: семья, праздники, отдых и т.д.

Картинками коробка обклеена снаружи и внутри.

3. Совместно с детьми группы необходимо подобрать наполнение коробки:

- любимые игрушки из «киндер-сюрприза»;
- ракушки
- морские камушки
- шишки
- семейные фото
- книжки малышки
- волшебные палочки
- ленточки
- магнитики
- заколки и т.д.

Каждый ребенок группы должен положить в коробку частичку своей «Радости». Например, ракушка, которую нашёл в море, камушек с бабушкиной дачи, колокольчик — подарок мамы, кораблик: который сделал вместе с папой — или шишка, раскрашенная золотой краской к Новому году.

Вариант игры:

1) Ребенок или несколько детей группы открывают коробку, пересматривают наполнение коробки, вспоминают радостные события, связанные с их собственными предметами (игрушками).

2) Дети могут находить свои «радостные» предметы, а могут брать вещи, положенные другими детьми и фантазировать, с каким приятным событием связана та, или иная вещь, и таким образом повышать свое настроение.

Такие коробочки радости могут быть и индивидуальными. Их можно сделать дома вместе с родителями. Совместная деятельность поможет укрепить взаимоотношения в семье.

«Комплименты»

Эта игра поможет развить коммуникативность, доброжелательность друг к другу.

Педагог в ходе игры объясняет детям значение слова «комплимент» (добрые, приятные слова, которые говорят человеку о нем). Дети садятся в круг, передают мячик по кругу, делая комплименты друг другу. Желательно учить детей описывать не только внешний вид друг друга, а называть положительные черты характера своих друзей. Обязательным условием является то, что ребенок должен поблагодарить товарища за сказанный комплимент.

«Передай эмоцию»

Игра помогает развивать выразительные движения, наблюдательность, воображение.

Игру начинает педагог, он придумывает и передает настроение (грустное, веселое, тоскливое) с помощью мимики, жестов. Дети, передают его настроение по кругу, угадывают настроение. Затем ведущим становится любой желающий.

Действия детей не оцениваются и не обсуждаются. Важно одно: все играющие должны внимательно наблюдать за партнерами и воспроизводить их настроение.

«Спиннер грусти»

Игра помогает формированию умений регулировать эмоциональные состояния.

В процессе игры решаются следующие задачи:

- сплотить детей группы;
- формировать положительный эмоциональный фон;
- формировать у детей умений управлять своими эмоциями.
- расширять представления детей об эмоциональном состоянии

«Грусть» и как его можно исправить;

- развивать коммуникативные навыки.

Оборудование:

1. Круг из картона, разделить на 8 секторов;
2. Распечатать или вырезать из журналов сюжетные картинки по теме «Как бороться с грустью», наклеить на каждый сектор.

Вариант игры:

Ребенок или несколько детей группы по очереди раскручивают «Спиннер грусти» и выполняют действия, которые показала стрелка, и таким образом учатся повышать свое настроение.

Эмоциональное благополучие ребёнка – главное условие его физического и душевного здоровья.

Эмоции не исчезают, а откладываются в подсознании. Именно отсюда формируются добрые и злые, жизнерадостные и грустные, открытые и замкнутые люди. Очень важно научить ребёнка бороться и побеждать страх, злость, жадность; важно научить удивляться и заботиться, грустить и радоваться, сочувствовать и гордиться.

Важным условием становления эмоционального интеллекта дошкольников является первичная структура социализации – семья. Только в

сотрудничестве с родителями педагог может добиться успеха. В ходе сотрудничества должна образовываться атмосфера доверия и плодотворного взаимодействия.

Эмоции являются важной составляющей жизни каждого человека, непосредственно влияя на повседневную деятельность. Если создать оптимальный воспитательный микроклимат, ребенок обязательно построит позитивный образ самого себя, разовьет эмпатию, необходимые социальные навыки, характеризующие эмоциональный интеллект, развитие которого должно быть одним из приоритетных направлений в работе детского сада. Именно от успеха в воспитании зависит то, в какой мере дети станут ответственными и внимательными членами нашего общества.

Развитие эмоционального интеллекта дошкольников – важный и необходимый этап в развитии личности ребенка и является значимым фактором повышения психологической культуры в детском обществе в целом.

Литература

1. Борохович Л.Ю. Способы развития инициативы и самостоятельности в культурных практиках детства // Воспитатель ДООУ. – 2015. – № 11.
2. Педагогическое взаимодействие в детском саду. Метод. пособие / под ред. Н. В. Микляевой. – М.: ТЦ Сфера, 2013. – 128 с.
3. Е.А. Сергиенко, Е.А. Хлевная, Т.С. Киселёва. «Эмоциональный интеллект ребёнка и здравый смысл его родителей». – Издательство: Малыш, 2021. – 84 с.

