

Новые подходы к эмоциональному интеллекту у детей дошкольного возраста в условиях современного образования

Понятие «эмоциональный интеллект» (ЭИ) было введено в научный оборот американскими психологами Джоном Майером и Питером Сэловеем. Они определили его как набор навыков, которые точно объясняют, как меняется наше эмоциональное восприятие и понимание людей.

Более формально эмоциональный интеллект - это способность чувствовать и выражать эмоции, понимать их причины, управлять своими и чужими эмоциями.

Майер и Сэловеи создали структуру эмоционального интеллекта, основанную на трёх способностях: восприятие эмоций (через внешнее выражение); управление эмоциями и чувствами (регулирование эмоциональных реакций, способность оценивать рациональность эмоциональных реакций в конкретных ситуациях); понимание и анализ эмоций (способность понимать поведение другого человека, вызванное эмоциональными изменениями); повышение эффективности мышления.

После этого появились и другие модели эмоционального интеллекта, предложенные Дэниелом Гоулманом и Рувеном Бар-Оном. Их отличие в том, что они рассматривают эмоциональный интеллект не только как способность, но и включают в него личностные, эмоциональные и когнитивные характеристики.

В отечественной психологии также существуют свои модели эмоционального интеллекта. Одну из них предложил Дмитрий Люсин, который определил эмоциональный интеллект как «способность понимать эмоции у себя и других и управлять ими».

По мнению ряда исследователей, формирование эмоционального интеллекта проходит в ряд этапов. На первом этапе происходит формирование навыка осознания собственного эмоционального состояния. На втором этапе формируются навыки управления своим состоянием, которое вызывается определенным эмоциональным переживанием. На третьем этапе формируется навык распознавания эмоционального состояния партнера по общению. На четвертом этапе проявляется способность оказывать влияние на эмоциональное состояние другого человека.

Дети с высоким уровнем эмоционального интеллекта отзывчивы к просьбам (как взрослых, так и детей); способны эффективно взаимодействовать со всеми детьми; испытывают положительные эмоции от взаимодействия и совместной деятельности со взрослым; способны к принятию помощи от взрослого» проявляют лидерские качества, активно моделируют различные ситуации в сюжетно-ролевой игре; способны контролировать свои эмоции и управлять ими; могут представить себя на месте другого человека и распознавать эмоции у чувства других людей.

В психолого-педагогической литературе широко представлены как общие, так и специальные способы развития эмоционального интеллекта детей дошкольного возраста. К традиционным способам относят:

- включение детей в сюжетно-ролевые игры. Вхождение в роль, развитие сюжета, взаимодействие с партнером по игре требуют от ребенка понимания как своих чувств, так и настроений, и эмоций других детей, помогают ребенку строить свое поведение с учетом состояния и настроения других участников игры;

- чтение детям произведений художественной литературы. В сказках, рассказах ребенку предлагаются образцы как положительных, так и отрицательных героев. Сравнивая себя с ними, ребенок учится оценивать, как поступки героев, так и свои собственные, учится сопереживать героям произведений;

– творческая деятельность. Деятельность по созданию своими руками поделок, аппликаций, рисунков сама по себе несет положительные эмоции, позволяет развивать эстетические чувства, чувство прекрасного, учить видеть красоту и гармонию.

Хорошо зарекомендовали себя в практике дошкольного образования такие программы развития эмоционального интеллекта дошкольников как:

Крюкова С.В., Слободяник Н.П. «Удивляюсь, злюсь, боюсь, хвастаюсь и радуюсь».

Микляева Н.В., Семенака С.И. «Уроки добра».

Семенака С.И. «Учимся сочувствовать, сопереживать: коррекционно- развивающие занятия для детей 5-8 лет».

Эти программы можно реализовывать как по отдельности, так и в контексте психолого-педагогического сопровождения развития эмоционального интеллекта детей дошкольного возраста.

Как показывает исследование, проведенное А.М. Щетининой [7], эффективными способами развития способности дошкольников понимать эмоции свои и других являются:

1) методы, которые способствуют развитию знаний и представлений у дошкольников о причинах и ситуациях, активизирующих то или иное эмоциональное переживание как у себя, так и других людей. Это может осуществляться с помощью различных вспомогательных средств, например: сюжетные картины, использование художественной литературы и т.п.;

2) педагогу необходимо дать ребенку образ человека, испытывающего ту или иную эмоцию, и спрогнозировать ситуацию, которая может вызвать эту эмоцию;

3) демонстрация детям различных ситуаций и предложение им спрогнозировать, какие чувства вызовет показанная ситуация;

4) использование историй, придуманных или выбранных ребенком, которые соответствуют эмоциональному состоянию персонажа, изображенного на картинке;

5) придумывание ребенком названия к эмоциональной картинке и аргументирование названия;

6) выбор эмоционально содержательной картинке, той, которая подходит к прочитанному педагогом рассказу;

7) чтение отрывка из художественного произведения; детям предлагается связать переживания героя с состоянием персонажей, изображенных на картинке, или установить гармонию с их эмоциями;

8) прослушав музыкальное произведение, дети высказывают, какие чувства оно у них вызывает или как отражается в песне.

Основным наглядным методом развития способности дошкольников определять эмоции и анализировать их причины и последствия является демонстрация (рассматривание) наглядных пособий, (пиктограмм, картинок с изображением людей с разной мимикой, картинок с эпизодами, показывающими людей в разных эмоциях, иллюстраций сказок, стихов, рассказов, отражающих разные эмоции человека, мультфильмов, спектаклей и т.д.). Кроме того, психологи рекомендуют использовать различные имитационные приемы, чтобы выразить эмоцию, изображенную на картинке, которую воспринимает ребенок. Такое внешнее воспроизведение позволяет дошкольнику хотя бы слабо отразить чувства, которые персонаж переживает, чтобы вызвать сочувствие, сопереживание, то есть получить эмоциональный отклик ребенка [7]. Достаточно эффективным является метод моделирования и воспроизведения эмоций, также хорошо зарекомендовали себя рисуночные методики, позволяющие быстро изображать эталоны эмоциональной экспрессии и идентифицировать эмоции в схематических рисунках (пиктограммах).

Эти методы не только способствуют развитию способности понимать и осознавать свои и чужие эмоции, но и помогают расширить эмоциональный словарный запас у детей дошкольного возраста.

Особое внимание уделяется игровым методам и техникам, которые помогают детям научиться распознавать и понимать эмоции. В процессе игры также используются элементы соревнования, такие как конкурсы на лучшее выражение эмоций с помощью мимики и жестов, на лучшее распознавание эмоций и т. д.

Таким образом, можно сделать вывод, что дошкольное детство — это важный этап в развитии эмоциональной сферы ребёнка, когда закладываются основы эмоционального интеллекта. Поэтому необходимо создать условия для нормального формирования эмоциональной составляющей личности ребёнка. И в этот период становления личности ребёнка огромную роль играет помощь взрослого в осознании и понимании мира эмоций, как своих, так и чужих.

Список использованных источников

1. Алферова М.А. Эмоциональный интеллект и психологические теории эмоций/ М.А.Алферова, И.Л.Аристова//Universum: психология и образование. 2017. №12. С. 19-25.
2. Андреева И.Н Эмоциональный интеллект: исследование феномена // Вопросы психологии –№ 3. –2006.– С. 78-86.
3. Базарсадаева Э. Ж. К вопросу об истории изучения эмоционального интеллекта // Вестник бурятского государственного университета. 2013.№ 5.С. 24- 32.
4. Бар-Он Рувен. Модель эмоционального интеллекта [Электронный ресурс] http://www.mental-engineering.com/2013/03/blog-post_13.html(Дата обращения 29.09.2023)
5. Буянова А. Ю., Бледнова Е. Ю., Кудрявцева С. Ю., Зимуков Э. М. Теоретические аспекты развития эмоционального интеллекта у детей дошкольного возраста // Образование и воспитание. – 2015. – №3. – С. 59-61.
6. Гарскова Г.Г. Введение понятия «эмоциональный интеллект» в психологическую теорию // Ананьевские чтения: тез. науч.практ. конф.; редкол.: А.А. Крылов. – СПб.: Изд-во СанктПетербур.ун-та, 2013. – С. 25 – 26.
7. Щетинина А.М. Социализация и индивидуализация в детском возрасте: Учебное пособие. – Великий Новгород: НовГУ им. Ярослава Мудрого, 2004. – 132 с.