

## **РАЗВИТИЕ ЭМОЦИОНАЛЬНОГО ИНТЕЛЛЕКТА ВОСПИТАННИКОВ МЛАДШЕГО ДОШКОЛЬНОГО ВОЗРАСТА В УСЛОВИЯХ УЧРЕЖДЕНИЯ ДОШКОЛЬНОГО ОБРАЗОВАНИЯ**

### **DEVELOPMENT OF EMOTIONAL INTELLIGENCE OF PUPILS OF YOUNGER PRESCHOOL AGE IN CONDITIONS OF PRESCHOOL EDUCATION**

**И.А. Белокурская**

**I. Belokurskaya**

**Белорусский государственный педагогический университет имени Максима Танка,  
Минск, Республика Беларусь**

**Е.В. Соловей**

**E. Solovey**

**Государственное учреждение образования «Санаторный детский сад №1 г. Солигорска»,  
Солигорск, Республика Беларусь**

Аннотация. В статье анализируется содержание работы с воспитанниками младшего дошкольного возраста по развитию эмоционального интеллекта.

Abstract. The article analyzes the content of work with preschool children on the development of emotional intelligence.

Ключевые слова: эмоциональный интеллект; эмоциональная сфера детей младшего дошкольного возраста; воспитанники младшего дошкольного возраста.

Keywords: emotional intelligence; the emotional sphere of children of younger preschool age; pupils of younger preschool age.

Развитие эмоционального интеллекта детей младшего дошкольного возраста является важнейшей частью эмоционально-личностного развития воспитанников, что отражено в учебной программе дошкольного образования, где ставятся задачи научить воспитанников различать эмоциональное состояние сверстника и взрослого, проявлять заботу, сочувствие к окружающим, соблюдать правила бесконфликтного поведения, оценивать хорошие и плохие поступки детей.

Эмоциональный интеллект определяется как способность распознавать, понимать и управлять как собственными эмоциями, так и эмоциями других людей. Модель эмоционального интеллекта Д. Гоулмана включает самосознание, саморегуляцию,

мотивацию, эмпатию и социальные навыки [1].

Понятие «эмоциональный интеллект» впервые появилось в зарубежной психологической науке, однако и отечественные ученые, такие как Л. С. Выготский, С. Л. Рубинштейн и А. Н. Леонтьев близко подходили к изучению взаимосвязи интеллекта и аффекта. Проблему эмоционального развития воспитанников дошкольного возраста изучали известные педагоги и психологи, такие как А. В. Запорожец, Я. З. Неверович, В. В. Зеньковский, Б. И. Додонов, Д. Б. Эльконин, а также современные ученые Н. Л. Кряжева, О. В. Хухлаева, И. М. Первушина, И. Е. Валитова, Д. А. Головченко, Е. П. Чеснокова, О. В. Леганькова, др.

Эмоциональный интеллект оказывает влияние на познавательную сферу: дети с высоким уровнем эмоционального интеллекта лучше справляются с заданиями и более успешны в учебе, так как они могут регулировать стресс и наладить отношения со сверстниками. Совершенствуются социальные отношения: высокий уровень эмоционального интеллекта помогает ребенку налаживать дружеские связи и эффективно взаимодействовать с другими. Укрепляется психологическое благополучие: дети с развитыми навыками эмоциональной саморегуляции более устойчивы к стрессам и тревогам, что уменьшает риск развития психологических проблем.

Развитие эмоционального интеллекта начинается с раннего возраста и продолжается в течение дошкольного возраста, при этом дети постепенно осваивают следующие навыки:

- навыки распознавания и обозначения собственных эмоций;
- навыки эмпатического понимания и распознавания эмоций окружающих;
- навыки управления собственными эмоциями.

Младший дошкольный возраст – период интенсивного эмоционального развития, в ходе которого формируются важные возрастные новообразования в эмоциональной сфере. Выделяют два ключевых направления, по которым осуществляется эмоциональное развитие личности: распознавание (понимание) эмоций и адекватное выражение эмоций социально приемлемыми способами.

Показателями эмоционального развития детей младшего дошкольного возраста являются: адекватная реакция на различные явления окружающей действительности; умение распознавать эмоциональные состояния других людей; осознание собственных эмоций и переживаний, способность называть основные эмоции словом («словарь эмоций»); адекватное внешнее выражение основных эмоций в экспрессии в соответствии с общепринятыми нормами, произвольная регуляция эмоций и эмоциональных состояний [2]. Начинать знакомить детей с эмоциями можно с четырехлетнего возраста. Дети усваивают необходимые понятия, их словарный запас пополняется словами, обозначающими эмоции,

хотя само слово «эмоция» можно не вводить, а заменить более доступным для ребенка этого возраста понятием «настроение» [3].

В целях развития эмоционального интеллекта детей младшего дошкольного возраста авторами разработана и реализована программа, включавшая следующие направления:

- помощь в распознавании и назывании эмоций;
- развитие эмпатии и понимания чувств других людей;
- тренировка навыков эмоциональной саморегуляции;
- развитие навыков общения и взаимодействия;
- использование творчества для выражения эмоций;
- эмоциональная поддержка и пример со стороны педагогических работников.

В ходе реализации программы проводились занятия в рамках образовательной области «Ребенок и общество» для детей младшего дошкольного возраста. На занятиях использованы игры и упражнения «Веселые – грустные», «Страшный – веселый», «Радость, страх, злость», «Узнаю чувство по голосу», «Узнаю чувство по лицу» и др. На занятиях использованы следующие материалы: игрушечные животные или персонажи из «Театра Би-ба-бо», пластилин, иллюстрации с эмоциями, музыка для релаксации и др.

Проведены игры и упражнения по развитию эмоционального интеллекта, которые были направлены на развитие эмпатии, выражение гнева в приемлемой форме, снятие эмоционального напряжения и агрессии, создание положительного эмоционального климата, развитие умения различать, называть и показывать эмоции. Были использованы психологические этюды, психогимнастические упражнения, нацеленные на выражение удовольствия и радости, на выражение гнева, на выражение различных эмоций.

Кроме того, в работе с воспитанниками использовалась художественная литература для бесед с опорой на эмоции и чувства персонажей: русские народные сказки и литературные сказки на русском и белорусском языках, рекомендованные учебной программой дошкольного образования.

Для успешности и эффективности вышеописанной работы обеспечен и поддерживался здоровый нравственно-психологический климат. Он проявлялся в уважительном отношении к каждому ребенку, его достоинствам и индивидуальным особенностям, доброжелательности, организации содержательной деятельности детей, высоком авторитете воспитателя дошкольного образования. Наиболее благоприятную атмосферу во взаимодействии с ребенком создал демократический стиль общения педагогического работника, суть которого состоит в том, что воспитатель в общении с ребенком занимает позицию равноправного партнера, и тем самым обеспечивает взаимное доверие и создает благоприятные условия для обсуждения любой проблемы.

Также было важно способствовать формированию этических и моральных норм, развитию самоконтроля, чтобы индивидуальное поведение воспитанников соответствовало определенным правилам, стандартам, которые установлены в учреждении дошкольного образования. В ходе реализации программы у воспитанников целенаправленно формировались умения выслушивать собеседника, проявлять интерес к нему, поддерживать общий разговор, участвовать в коллективном обсуждении, развивались умения владеть своими чувствами, понимать и различать эмоциональные состояния других людей, выражать дружеские чувства, симпатию, сочувствие и сопереживание окружающим. Эти умения и навыки вырабатывались в процессе повседневного общения, в сюжетно-ролевых играх, во время чтения и обсуждения художественных произведений, а также в процессе специально организованных имитационных, интерактивных игр, психогимнастических упражнениях, нацеленных на развитие эмоционального интеллекта.

В наблюдениях за детьми в повседневной жизни можно отметить, что в экспериментальной группе появились первые словесные реакции на негативные ситуации, воспитанники используют в речи выражения «Мне не приятно», «Мне не нравится» в случае назревания конфликта. Также были замечены словесные описания собственных чувств в моментах обиды, печали в диалоге с воспитателем дошкольного образования.

По результатам реализации программы, нацеленной на развитие эмоционального интеллекта детей младшего дошкольного возраста, можно отметить, что в экспериментальной группе количество воспитанников с низким уровнем развития эмоционального интеллекта уменьшилось на 20%, количество воспитанников со средним уровнем развития эмоционального интеллекта увеличилось на 10%, с высоким уровнем на 10%.

В результате проведенного эксперимента можно сделать следующие выводы: специально организованные занятия, игры и этюды, анализ художественной литературы, тренировка навыков эмоциональной саморегуляции, развитие навыков общения и взаимодействия, использование творчества для выражения эмоций, эмоциональная поддержка и пример со стороны педагогических работников оказывают благоприятное воздействие на развитие эмоционального интеллекта детей младшего дошкольного возраста.

#### *Список использованных источников*

1. Гоулман, Д. Эмоциональный интеллект / Д. Гоулман. – М. : АСТ, 2011. – 478 с.
2. Лебедева, М. Азбука развития эмоций ребенка / М. Лебедева. – СПб. : Речь, 2011. – 96 с.
3. Гордеева, О. В. Развитие языка эмоций у детей / О. В. Гордеева // Вопросы психологии. – 1995. – № 2. – С. 137–149.