Эмоциональный интеллект детей дошкольного возраста.

Педагог – психолог: Машукова И.А.
«Центр развития ребёнка - детский сад №3»
Педагог-психолог: Щукина Е.Г.
«Центр развития ребенка детский сад № 85»

Актуальность:

В настоящее время вызывает к себе интерес проблема связи чувств и разума, **эмоционального и рационального, их взаимодействия и взаимовлияния.**

Эмоциональный интеллект – это явление, которое объединяет в себе умение различать и понимать эмоции, управлять собственными эмоциональными состояниями и эмоциями своих партнеров по общению, что способствует общему здоровью всего организма.

Особую важность и актуальность развития эмоционального интеллекта приобретает **в дошкольном возрасте,** поскольку именно в этот период идет активное эмоциональное становление детей, совершенствование их самосознания, способности к рефлексии и децентрации. Задачи развития эмоционального интеллекта тесно связаны с целями социально – коммуникативного развития.

В настоящее время увеличилось число детей с эмоциональной неустойчивостью (агрессивность, тревожность, страхи, без инициативность, апатия и т.д.), это осложняет взаимоотношение ребёнка с окружающими: родителями, педагогами, сверстниками.

ФГОС ДО

- В соответствии с **ФГОС дошкольного образования**,

социализация личности дошкольника и его **коммуникативное развитие** выделены в одну образовательную область

«Социально-коммуникативное развитие».

Подобное объединение направлений развития ребенка не случайно и закономерно, так как решающим **фактором развития личности является социальная среда**. И именно она **обеспечивает полноценную практику взаимодействия и речевого общения**.

Задачи образовательной области «Социально-коммуникативное развитие»:

- усвоение норм и ценностей, принятых в обществе, включая моральные и нравственные ценности;
- развитие общения и взаимодействия ребенка со взрослыми и сверстниками;
- становление самостоятельности, целенаправленности и саморегуляции собственных действий;
- развитие социального и эмоционального интеллекта, эмоциональной отзывчивости, сопереживания;
- формирование готовности к совместной деятельности со сверстниками;
- формирование уважительного отношения и чувства принадлежности к своей семье и к сообществу детей и взрослых;
- формирование позитивных установок к различным видам труда и творчества;
- формирование основ безопасного поведения в быту, социуме, природе.

Структура эмоционального интеллекта позиция Р. Бояцис и Д. Гоулман

Исследователи предлагают различные варианты структуры эмоционального интеллекта. Нам наиболее близка позиция Р. Бояцис и Д. Гоулман, которые выделяют следующие компоненты эмоционального интеллекта:

1) **самосознание** (эмоциональное осознание себя, адекватная самооценка, уверенность в себе);
2) **социальное осознание** (эмпатия, адекватное поведение, ориентация на обслуживание);
3) **самоуправление** (самоконтроль, адаптивность, инициатива, ориентация на достижение);
4) **социальные навыки** (лидерство, влияние, коммуникация, разрешение конфликтов, работа в составе группы, умение взаимодействовать).

Формы проявления эмоций:

- эмоциональные высказывания (сила и тембр, интонация голоса)
- выразительные движения (жесты, мимика, пантомимика)
- эмоциональные действия (разрядка, всплеск, выплеск)

Условия развития эмоционального интеллекта у детей

- Обеспечение эмоционального благополучия через непосредственное общение с ребёнком, уважительное отношение к ребёнку и его потребностям в первую очередь в семье;
- Поддержание индивидуальности и инициативы ребёнка, а взрослых выражение чувств и эмоций вербально и не вербально;
- Обучение детей взаимодействию в различных ситуациях и показу собственного примера;

Задачи педагогов в детском саду:

- Развивать адекватную оценочную деятельность, направленную на анализ, как собственного поведения, так и поступков окружающих людей.
- Воспитывать интерес к окружающим людям, развивать чувства понимания и потребности в общении.
- Формировать у детей умения и навыки практического владения выразительными движениями - мимикой, жестами, пантомимикой.
- Развивать самоконтроль в отношении проявления своего эмоционального состояния в ходе самостоятельной деятельности.
- Необходимо сформировать у детей способность распознавать собственные чувства и чувства других людей, чтобы уметь управлять своими эмоциями и поддерживать верный стиль в отношениях.

Способы развития эмоционального интеллекта:

- Способы развития эмоционального интеллекта у детей дошкольного возраста:
- сюжетно-ролевая игра (ролевые действия помогают ребенку понять другого, учесть его положение, настроение, пожелания);
- трудовая деятельность (достижение положительного результата, радость за совершенный с другими детьми труд. Общий успех, чувство удовлетворения от совместной работы);
- произведения художественной литературы (сравнения себя с положительным героем, активное сопереживание ему; отрицательная оценка поведению и поступкам отрицательного героя);
- творческая деятельность (развитие эстетических чувств, формирование чувства прекрасного; перенос понятия «красота» на поведение детей, людей).

Результат

- Эмоции и чувства руководят нами, нацеливают и формируют интеллектуальную деятельность.
- Эмоции и мышление движут нами в том или ином направлении.
- Этим движением в дошкольном возрасте особенно важно заниматься педагогу и родителям.
- Через нашу реакцию, через наши эмоции, зачастую совпадающими и не совпадающими с эмоциями ребенка, постепенно формируется личность, идущая в правильном жизненном направлении.
- Огромное значение имеет убеждение, личный пример и общение с ребенком.
- Влияя на эмоции детей, регулируя собственное эмоциональное состояние и состояние ребенка, мы изменяем его поведение, вводим в правильное русло жизни.
- Умелое управление эмоциями помогает ребенку реализоваться в жизни более успешно: добиться отличных успехов в карьере, расширить общение с людьми, устроить личную жизнь.
- Но, чтобы правильно управлять своими эмоциями, необходимо с дошкольного возраста заниматься развитием эмоционального интеллекта.