

Консультация для педагогов
**«Развитие эмоционального интеллекта у детей старшего
дошкольного возраста»**

Одним из важных направлений развития детей дошкольного возраста является формирование ориентации на другого человека, так как только через реакцию другого человека ребенок чувствует свои возможности социального взаимодействия и получает опыт, необходимый для выстраивания взаимоотношений с окружающим миром.

Развитие эмоционального интеллекта становится необходимой основой благополучия развития ребенка и раскрытия его возможностей.

В обновленном Федеральном государственном образовательном стандарте дошкольного образования отмечена важность развития у детей эмоциональной отзывчивости и сопереживания, социального и эмоционального интеллекта, воспитание гуманных чувств и отношений. В стандарте указаны целевые ориентиры на этапе завершения дошкольного образования, к которым относится проявление ребенком положительного отношения к миру, другим людям и самому себе; стремление сохранять позитивную самооценку; способность ребенка откликаться на эмоции близких людей, проявлять эмпатию. Развитие эмоционального интеллекта у детей старшего дошкольного возраста имеет значимую роль, потому что в этот период дети активно осваивают социальные формы выражения чувств, в этом возрасте изменяется роль эмоций в деятельности дошкольника, формируется эмоциональное предвосхищение. Данный возрастной период характеризуется господством чувств над всеми сторонами его жизни.

Первые термин «эмоциональный интеллект» в психологию ввели Джон Мэйер и Питер Сэловей. Они определили эмоциональный интеллект как способность воспринимать и выражать эмоции, ассимилировать эмоции и мысли, понимать и объяснять эмоции, а также регулировать эмоции (свои собственные и других людей). Они разработали одну из первых и наиболее известную модель этого конструкта, которую в дальнейшем доработали и совершенствовали.

Анализ способностей, связанных с переработкой эмоциональной информации, позволил ученым выделить четыре компонента, которые были названы «ветвями», отражающими следующие компоненты:

- 1) восприятие, оценка и выражение эмоций;
- 2) использование эмоций для повышения эффективности мышления;
- 3) понимание и анализ эмоций, использование эмоционального знания;
- 4) осознанная регуляция эмоций, повышение уровня эмоционального и интеллектуального развития.

Важно отметить, что каждый компонент касается как собственных эмоций человека, так и эмоций других людей. При этом связи могут быть не только актуальными, но и вспоминаемыми и даже воображаемыми. Изменение связей с

другими людьми и предметами приводит к изменению эмоций, переживаемых по этому поводу.

Отечественный ученый Д.В. Люсин эмоциональный интеллект рассматривает в виде способности к пониманию собственных и чужих эмоций, а также управлению ими. Ученый в своих работах указывал, что возможность осознавать и регулировать эмоциональные состояния взаимосвязаны с общим направлением на эмоциональную сферу, то есть проявляется интерес к внутреннему миру людей; проявляется анализ поведения; идеализируются ценности; распознаются эмоциональные переживания.

Важнейшая роль в формировании эмоционального интеллекта детей старшего дошкольного возраста принадлежит воспитателю. Деятельность воспитателя являются источником и одним из главных факторов формирования и развития эмоционального интеллекта дошкольников. Алгоритм организации педагогического сопровождения должен представлять собой поэтапные действия воспитателя, обеспечивающие достижение достаточного и оптимального уровня сформированности эмоционального интеллекта у детей.

Возможности дошкольного образования позволяют воспитателю организовать с детьми различные виды деятельности – игру, конструирование, изобразительную деятельность, наблюдение и экспериментирование. Через грамотно организованную воспитателем детскую деятельность у детей дошкольного возраста можно развивать все компоненты эмоционального интеллекта. С этой целью развитие эмоционального интеллекта детей старшего дошкольного возраста предполагает решение воспитателем совокупности взаимосвязанных задач: стараться понимать истинные интересы и стремления детей, их жизненные установки и ценности, которые во многом и вызывают эмоции; перестать думать за детей, заранее прогнозировать, что они сделают и чего захотят, какие проблемы у них возникнут и пр.; создавать в коллективе эмоциональную атмосферу открытости и доверия друг к другу, общей радости, дружбы и взаимопонимания, когда дети ощущают свою безопасность, свою значимость для других; поддерживать общие интересы детей, которые их удерживают рядом друг с другом, делают интересными друг для друга, создают эмоционально-психологические связи между ними, формируют общность, чувство причастности к общей жизни в группе.

Методы и приемы работы, которые воспитатель может использовать с целью развития эмоционального интеллекта детей старшего дошкольного возраста: сюжетно-ролевые, симуляционные, дидактические игры и упражнения, эмоциональная гимнастика; задания, направленные на знакомство или отработку практических упражнений на саморегуляцию или коммуникативных техник; задания, направленные на расширение словарного запаса детей, связанного с эмоциями; знакомство и анализ

художественной литературы, музыкальных произведений, организация театрализованных постановок; релаксационные упражнения, психогимнастика; использование приемов арт-терапии (рисуночная терапия, библиотерапия, сказкотерапия, музыкотерапия, танцевальная терапия, драматерапия); использование различных творческих заданий и др. При проведении таких форм работы педагогу важно соблюдать следующие принципы: уважать чувства каждого ребенка; помогать детям понять, какое поведение и какие мысли вызывают эмоции; помогать управлять эмоциями; принимать различия, существующие между людьми.

В процессе организации детской деятельности, нацеленной на формирование эмоционального интеллекта, воспитателю необходимо обращать свое внимание и поддерживать дружественные детские группы, которые образовались, важно обеспечить такие задания, которые позволили бы дошкольникам учиться работать в группах и в парах.

Для развития эмоционального интеллекта важно научить детей распознавать и идентифицировать свои эмоции. Можно использовать игры, рисование и обсуждение различных ситуаций, чтобы помочь детям осознать разнообразие эмоций и их выражение.

В процессе формирования эмоционального интеллекта важно помогать детям накапливать опыт осознаваемых переживаний, ценностных отношений. В этом может помочь игровая деятельность. Игра позитивно влияет на эмоциональную сферу дошкольников.

В игре дети инсценируют движения, мимику, интонации, характерные для эмоционального состояния героя. В игре дети чувствуют себя свободнее, могут выражать свои чувства более непосредственно.

Стойкие позитивные изменения возможны лишь при совместных усилиях всех участников развития ребенка, поэтому к работе воспитатель должен активно подключать родителей. Педагог может предложить родителям для ознакомления интересную и полезную информацию об эмоциональном интеллекте, памятки, рекомендации специалистов по его развитию у детей и взрослых, методы самодиагностики и многое другое. Эти материалы помогут родителям создать дома среду, способствующую гармоничному эмоциональному развитию ребенка и выстроить систему собственных осознанных действий, направленных на содействие такому развитию. Для родителей можно провести, в рамках родительских собраний, просветительские и вовлекающие мероприятия, тематические встречи. Для успешной организации деятельности, направленной на развитие эмоционального интеллекта дошкольников, воспитателю важно донести до родителей актуальность

рассматриваемого вопроса, заинтересовать родителей, вовлечь их в совместную деятельность, установить с ними партнерские отношения. Родителям можно посоветовать совместное выполнение с детьми упражнений творческого, исследовательского или практического характера, просмотр видеоматериалов, знакомство с литературными и художественными произведениями.

Таким образом, учитывая важность и ответственность работы по развитию эмоционального интеллекта у детей старшего дошкольного возраста, для достижения результативности и эффективности, воспитателю необходимо учитывать систематичность этого процесса. Дошкольники активнее и эффективнее воспринимают довольно сложную информацию в процессе привлекательного для них вида деятельности. Воспитатель сам вправе выбирать формы, методы и приемы работы, которыми он будет непосредственно пользоваться при организации деятельности, направленной на развитие эмоционального интеллекта дошкольников. Важно, чтобы их выбор должен быть направлен не только на расширение представления детей об эмоциональной сфере человека, но и на развитие всех компонентов эмоционального интеллекта дошкольников.