

## Что такое эмоциональный интеллект дошкольника

Понятие эмоционального интеллекта новое для психологии и педагогики. Оно связано с работами зарубежных педагогов и психологов 90-х гг. XX в.: Дж. Мейера, П. Сэловея, Д. Гоулмана. Американский писатель, психолог Дэниел Гоулман утверждает, что успешность и самочувствие человека зависит от его способности лавировать в мире человеческих эмоций. Он должен учитывать их в своей жизни, справляться с негативными эмоциями, чувствовать и проявлять позитивные.



Проблему развития эмоциональной сферы в дошкольном возрасте исследовали отечественные педагоги и психологи (Леонтьев А.Н., Запорожец А.В., Неверович Я.З. и др.). Чтобы взрослые использовали достижения ученых в образовательной деятельности и знали, что и для чего они делают, **нужно разграничить и сравнить понятия «эмоциональная сфера» и «эмоциональный интеллект».**

В настоящее время понятие «эмоциональный интеллект» не имеет общепринятого определения. Российский ученый Д.В. Люсин сформулировал структуру эмоционального интеллекта и выделил 2 измерения:

- Направленность на собственные эмоции и эмоции других людей;
- Линию понимания эмоций и линию управления ими.

Пересечение этих измерений даёт **4 вида эмоционального интеллекта:**

- Понимание собственных эмоций;
- Понимание эмоций других людей;
- Управление собственными эмоциями;
- Управление эмоциями других людей.



При этом первый и третий вид составляют внутриличностный эмоциональный интеллект, второй и четвёртый – межличностный. Данная структура может помочь Вам сформировать представление об эмоциональном интеллекте как о системе.

Чтобы организовать работу по развитию эмоционального интеллекта у дошкольников, взрослым нужно ответить на вопросы:

- С какими эмоциями целесообразно работать, учитывая возраст ребёнка?
- Как научить ребёнка понимать свои эмоции и эмоции других людей? Какие использовать для этого формы работы?
- Как научить управлять собственными эмоциями и эмоциями других людей? Какие использовать для этого форма работы?

Данная деятельность должна быть теоретически обоснована. Обозначим теоретические достижения и практические наработки, которые имелись в отечественной дошкольной психологии и педагогике к моменту введения понятия «эмоциональный интеллект».

### *Составляющие эмоциональной сферы*

Классик отечественной психологии А.Н. Леонтьев выделил **основные составляющие эмоциональной сферы человека**.

Эта классификация отражает ситуационную зависимость или независимость эмоциональных переживаний.



**АФФЕКТЫ** – сильные, относительно кратковременные эмоциональные переживания, возникающие внезапно и «мимовольно». Они не контролируются ребёнком (гнев, страх).

**СОБСТВЕННО ЭМОЦИИ** – более длительные по сравнению с аффектами эмоциональные переживания. Они имеют отчётливо выраженный ситуационный характер, т.е. выражают личную оценку, отношение человека к складывающейся ситуации и своим проявлениям к ней.

**ЧУВСТВА** – устойчивые эмоциональные переживания («эмоциональные константы»), независимые от ситуации. Они направлены:

- на человека (любовь к матери, ребёнку, близкому человеку и т.д.);
- объект (любовь к Родине, природе родного края, конкретным видам и предметам искусства - музыке, живописи, кинематографии и т.д.);
- деятельность (любовь к занятиям спортом, пению, рисованию, чтению, изучению предмета в школе, определённой профессиональной деятельности).

**НАСТРОЕНИЕ** – общий, фоновый эмоциональный настрой человека.

Современные ученые выделяют также **эмоциональные состояния** – более длительные по сравнению с собственно эмоциями переживания. Они могут длиться часами, днями, неделями и месяцами. Вспомните, как вы тревожились при ожидании события, которое может оказаться негативным.

Эмоциональная сфера человека – сложная система эмоциональных переживаний. Эмоции в этой системе – важная, но не единственная составляющая. Поэтому понятие «эмоциональная сфера» более широкое. Оно включает значимые для человека эмоциональные переживания. Понятие «эмоциональный интеллект» касается лишь части эмоциональной сферы.

### *Эмоциональное развитие человека в процессе онтогенеза*

Эмоциональное развитие дошкольников изучали специалисты НИИ дошкольного воспитания Академии педагогических наук СССР под руководством А.В. Запорожца. Академик доказал, что «на протяжении детства эмоции проходят путь прогрессивного развития, приобретая всё более богатое содержание и всё более сложные формы проявления под влиянием социальных условий жизни и воспитания».

Несмотря на то, что ребёнок рождается с некоторыми безусловными аффективными реакциями (удовольствие – неудовольствие), это только предпосылки последующего развития человеческих чувств. То есть **эмоции человека развиваются, преобразуются на протяжении всей жизни**. Вершиной социального развития эмоциональной сферы являются чувства.

Нравственные, интеллектуальные и эстетические **чувства не даются ребёнку с рождения. Они могут быть только воспитаны**, приобретены им в процессе взаимодействия с окружающей социальной средой либо не развиться

под влиянием ущербного, неразвитого или непросвещенного окружения. При этом они лежат в основе развития благородной, социально активной и ответственной личности.

**В системе современного дошкольного образования воспитание чувств должно быть приоритетным**



**направлением** в работе с эмоциональной сферой детей. Ведь любовь к Родине, природе, культуре, городу или посёлку – основа патриотизма. Воспитание интеллектуальных чувств – любви к познанию – основа познавательной активности человека, его готовности учиться, изучать, исследовать и созидать.

Эстетические чувства – любовь к прекрасному, наслаждение прекрасным – дают человеку неисчерпаемый источник позитивных эмоций, обогащают его жизнь, поднимают настроение, способствуют творчеству. Такие социальные чувства, как уважение к людям, уважение и принятие самого себя, нравственные чувства – основа успешного взаимодействия в социуме.

Таким образом, воспитание чувств – стратегическая линия развития эмоциональной сферы дошкольника, которая обеспечивает его успешность и эмоциональное благополучие в дальнейшей жизни. Развитие эмоционального интеллекта – тактическая линия, которая обеспечивает способность с конкретной текущей ситуацией.

### *Развитие социальных эмоций и мотивов поведения дошкольников*

Под социальными эмоциями и мотивами поведения А.В. Запорожец и его ученики понимали эмоциональные переживания детей, которые побуждают делать что-либо полезное для другого человека или группы людей, невзирая на собственные сиюминутные интересы. Когда дошкольники испытывают радость от деятельности, направленной на удовлетворение нужд другого человека, а не собственных потребностей.



Исследования Я.З. Неверович показали, что такие **социальные переживания развиваются у дошкольников к старшему дошкольному возрасту** при определённых условиях. Для этого взрослый должен включать дошкольников в общественно полезную деятельность. Например, предлагать детям совместно изготовить игрушки для детей младшего возраста или заболевших товарищей. В процессе этой деятельности участники расширяют опыт коммуникативного взаимодействия, общения.

Основная задача взрослого – в красочной образной форме описать позитивные эмоции детей, которые получают игрушки. То есть нужно формировать у дошкольников позитивный, эмоционально окрашенный образ будущего, эмоциональное предвосхищение, которое будет мотивировать и подкреплять их труд. Другими словами, возникнут социальные эмоции, которые стимулируют деятельность в интересах других людей. В данном случае взрослый управляет эмоциями детей. Говоря научным языком, это работа эмоционального интеллекта воспитывающего по управлению эмоциями воспитанников.

Специалисты школы А.В. Запорожец провели исследования и определили пути и особенности управления эмоциями детей со стороны взрослого. Среди них исследования об условиях:

- организация детской деятельности для формирования отношений сотрудничества и симпатии между детьми (Т.А. Маркова, А.Д. Кошелева);
- возникновения сопереживания, сочувствия к другим людям (А.Д. Кошелева, Я.З. Неверович);
- преодоление развития у дошкольников неуверенности в себе, страхов, негативного отношения к сверстникам (Л.А. Абрамян).

Родители, Вы, несомненно, должны использовать результаты данных исследований на практике.

