

Устинова К.Д.

*Научный руководитель: преподаватель психологии Е.В. Соснова  
Государственное бюджетное профессиональное образовательное учреждение  
Владимирской области «Муромский педагогический колледж»  
г. Муром, ул. Карла Маркса, д. 24.  
e-mail: lena.sosnova@mail.ru*

### **Развитие эмоционального интеллекта у детей старшего дошкольного возраста посредством психологических упражнений**

Развитие эмоциональной культуры человека становится одной из наиболее актуальных проблем современной психологии и педагогики. Современный ребенок знает больше, чем его сверстник прошлых десятилетий, но менее глубоко и многообразно переживает впечатления внешнего мира. При этом зачастую при формировании программ развития детей дошкольного возраста превалируют цели развития познавательных способностей детей. Однако, как указывает В.П. Зинченко, образование и воспитание не должно отрывать «аффект от интеллекта», напротив, в педагогической деятельности следует ориентироваться на целостную человеческую душу, то есть на познание, чувство, волю.

Эмоциональный интеллект – это способность человека распознавать эмоции, понимать намерения, мотивацию и желания других людей и свои собственные, а также способность регулировать свои эмоции.

В последнее время изучению эмоционального интеллекта посвящается все больше исследований. Это связано с тем, что многие ученые и специалисты-практики всё больше связывают социальную успешность со способностью к эффективному взаимодействию с другими людьми, основанному на эмоциональных связях, и к эффективному управлению своими собственными эмоциями.

Кроме того, исследователи отмечают, что развитие эмоциональной сферы личности, производимое с самого раннего, дошкольного возраста, может стать одним из факторов, определяющих успешное становление личности [1].

Цель нашего исследования – изучить компоненты эмоционального интеллекта детей старшего дошкольного возраста, выявить какие педагогические приемы способствуют его развитию, и апробировать их эффективность на практике.

Задачи исследования:

1. На основе теоретического анализа работ отечественных и зарубежных авторов выявить особенности развития эмоционального интеллекта у ребенка старшего дошкольного возраста.
2. Проанализировать, какие психологические упражнения способствуют развитию эмоционального интеллекта у детей старшего дошкольного возраста.
3. Сформировать комплекс психологических упражнений и апробировать их эффективность в плане развития эмоционального интеллекта у детей старшего дошкольного возраста.

Базой исследования был один из детских садов г. Вязники. В ходе исследования для диагностики уровня развития эмоционального интеллекта у детей мы использовали методику «Диагностика эмоционального интеллекта у детей 4-5 лет». Автор: Микляева Г.Ф.

В процессе педагогической деятельности для развития эмоционального интеллекта мы использовали ролевые игры, игры с правилами, арт-терапевтические упражнения, обсуждение рассказов и сказок, тематические беседы. На групповых занятиях стимулировалось проявление детьми позитивных социальных чувств (интереса друг к другу, сопереживания, сочувствия, радости за другого) и позитивных поведенческих реакций (желаний защитить, уступить, подбодрить, утешить). Отдельным направлением нашей работы с детьми являлось целенаправленное развитие богатства мимики и пантомимики, выразительности эмоциональных проявлений. Использование указанных упражнений в рамках такой деятельности представляется эффективным, так как арт-терапевтические упражнения, сказки, театрализованная деятельность содержат яркие образы, вызывает эмоциональный отклик у

детей дошкольного возраста. Упражнения и игры предполагают активное включение детей в деятельность.

Анализ полученных результатов позволил сделать вывод, что в условиях целенаправленного развития эмоционального интеллекта, у детей старшего дошкольного возраста наблюдается положительная динамика в развитии способности адекватно проявлять и распознавать эмоции, способности к рефлексии, умение встать на позицию партнера по общению, понимать мотивацию его мотивацию. При этом, мы заметили, что развитие указанных показателей эмоционального интеллекта положительно сказывается на характере общения ребенка с окружающими.

Практическая значимость исследования заключается в возможности использования его результатов в своей практической деятельности воспитателями детских образовательных учреждений.

### **Литература**

1. Гоулман Д., Эмоциональное лидерство: Искусство управления на основе эмоционального интеллекта / Д.Гоулман, Г.Бояцис, Э.Макки. – М.: Альпина Бизнес Букс, 2008. – 301 с.
2. Психология мотивации и эмоции / Под ред. Ю. Б. Гиппенрейтер и М. В. Филикман. – М.: ЧеРо, 2002. – 752 с. (Серия: Хрестоматия по психологии).
3. Психология эмоций. – СПб.: Питер, 2006. – 496с.: ил. – (Серия «Хрестоматия по психологии»).
4. Урунтаева Г. А. Дошкольная психология: Учебное пособие для учащихся средних педагогических учебных заведений. – М.: Издательский центр «Академия», 1996. – 336с.
5. Эмоциональная сфера ребёнка: Теория и практика : Учеб. пособие для студ. высш. учеб. заведений. – М.: Издательский центр «Академия», 2004. – 288с.