

Развитие эмоционального интеллекта у детей



Впервые термин **“эмоциональный интеллект”** был употреблен в 1990 году Дж. Мейером и П. Саловеем.

Эмоциональный интеллект - способность тщательного постижения, оценки и выражения эмоций; способность понимания эмоций и эмоциональных знаний; а также способность управления эмоциями, которая содействует эмоциональному и интеллектуальному росту личности.

А в российской психологии и педагогике этот феномен изучался Л. С. Выготским, В. В. Давыдовым, А. Н. Леонтьевым, С. Л. Рубинштейном и другими на основе положения о единстве аффекта и интеллекта.

Особую важность и актуальность развитие эмоционального интеллекта приобретает в дошкольном и младшем школьном возрасте, поскольку **именно в эти периоды идет активное эмоциональное становление детей, совершенствование их самосознания**, способности к рефлексии и децентрации (умения встать на позицию партнера, учитывать его потребности и чувства).

Исследователи установили, что около 80% успеха в социальной и личной сферах жизни определяет именно уровень развития эмоционального интеллекта, и лишь 20% - всем известный IQ – коэффициент интеллекта, измеряющий степень умственных способностей человека. Этот вывод ученых перевернул в середине 90-х годов XX века взгляды на природу личностного успеха и развития человеческих способностей.

Незнание себя и непонимание других является следствием отсутствия опыта социального взаимодействия, низкий социально-ролевой статус тормозит проявление заботы и сострадания, что вызывает устойчивые негативные чувства и реализуется, как разрушительная активность.

Дети грубо разговаривают с родителями; взрослым говорят «ты»; не умеют играть друг с другом, часто ссорятся.

Группа сверстников для ребенка — источник многих позитивных эмоций. В ней корректируется самооценка ребенка, уровень притязания.

Сравнение себя с другими детьми, оценка поведения сверстниками, обеспечивает основу для позитивной самореализации растущей личности.

Отношения ребенка с группой («детским обществом») опосредуются через социальные эмоции, которые являются одним из важнейших этапов

социализации, определяя, таким образом, процесс вхождения личности в социум.

При организации воспитания первоначальных представлений социального характера существуют следующие недостатки в условиях:

- отсутствие единства требований воспитателей и семьи;
- нет необходимого количества мультимедийных пособий по развитию эмоционального интеллекта у детей (подборка мультфильмов, картинок...)
- недооценка родителями важности эмоционального интеллекта, его игнорированию ведут к возрастанию числа эмоциональных взрывов и конфликтов;
- недостаточно грамотно разработанных дидактических пособий, игр для формирования эмоционального интеллекта.

Таким образом, на основе проведенного анализа можно увидеть следующие противоречия:

- Если будет сформирована положительная самооценка, отношение к себе и восприятия себя, значит, он не будет бояться спрашивать, ошибаться, следовательно, и познавательное развитие тоже будет в норме;
- необходимостью социально-нравственного воспитания с раннего детства и недостаточной разработкой педагогических условий для формирования эмоционального интеллекта детей.
- специфика психолого-педагогического сопровождения развития эмоционального интеллекта ребенка в дошкольном образовательном учреждении- на практике часто специалисты и воспитатели работают отдельно друг от друга.
- современный родитель, к сожалению, немного внимания уделяет этой проблеме, ему важнее научить ребёнка читать, писать, считать, так как ему кажется этого достаточным для дальнейшего развития ребенка.

Эмоциональный процесс включает три основных компонента:

Первый – это эмоциональное возбуждение, определяющее мобилизационные сдвиги в организме (скорость).

Второй компонент – знак эмоции: положительная эмоция возникает тогда, когда событие оценивается как позитивное, отрицательная – когда оно оценивается как негативное.

Третий компонент – степень контроля эмоции. Следует различать два состояния сильного эмоционального возбуждения: аффекты (страх, гнев, радость), при которых еще сохраняется ориентация и контроль, и крайние возбуждения (паника, ужас, бешенство, экстаз, полное отчаяние), когда ориентация и контроль практически невозможны.

Фундаментальные эмоции и их комплексы

Эмоция называется фундаментальной, если она имеет специфический внутренне детерминированный нервный субстрат, внешне выражается особыми мимическими или нервно-мышечными средствами и обладает особым субъективным переживанием – феноменологическим качеством.

Фундаментальные эмоции являются важными в жизни индивида, но отдельно, не в сочетании с другими эмоциями, они существуют лишь в течение очень короткого периода времени – до того, как активизируются другие эмоции.

Если две или несколько фундаментальных эмоций в комплексе проявляются у человека относительно стабильно и часто, то они определяют какую-то его эмоциональную черту. Развитие таких эмоциональных черт сильно зависит от генетических предпосылок индивида и от особенностей его жизни.

К основным эмоциональным чертам человека относятся следующие.

1. Тревожность представляет собой комплекс фундаментальных эмоций, включающих страх и такие эмоции, как горе, гнев, стыд, вину и иногда интерес-возбуждение.

2. Депрессия – комплекс эмоций, включающих горе, гнев, отвращение, презрение, страх, вину и робость. Гнев, отвращение и презрение могут относиться к самому себе (внутренне направленная враждебность) и к другим (внешне направленная враждебность). В депрессию включены и такие аффективные факторы, как плохое физическое самочувствие, пониженная сексуальность, повышенная утомляемость, являющиеся часто побочными продуктами депрессии, но и обладающие мотивационными качествами для развития депрессии.

3. Любовь занимает особое место в жизни каждого человека, является источником обогащения жизни и радости. Существует много видов любви, и каждый из них имеет неповторимые признаки и каждый – особый комплекс аффектов. Общее во всех видах любви: она связывает людей друг с другом, и эта связь имеет эволюционно-биологическое, социокультурное и личностное значение.

4. Враждебность – взаимодействие фундаментальных эмоций гнева, отвращения и презрения, иногда ведущее к агрессии. В сочетании с конкретным набором знаний об объектах, на которые направлена враждебность, она перерастает в ненависть.

Условия развития эмоций и чувств дошкольника

1. Эмоции и чувства формируются в процессе общения ребенка со сверстниками.

2. При специально организованной деятельности (например, музыкальные занятия) дети учатся испытывать определенные чувства, связанные с восприятием (например, музыки).

3. Эмоции и чувства очень интенсивно развиваются в соответствующем возрасту дошкольников виде деятельности – в игре, насыщенной переживаниями.

4. В процессе выполнения совместных трудовых занятий (уборка участка, группой комнаты) развивается эмоциональное единство группы дошкольников.

Отдельные стороны психики детей на разных возрастных этапах неодинаково чувствительны к условиям воспитания. Чем младше ребенок и чем больше его беспомощность, тем значительнее обнаруживается его зависимость от условий, в которых он воспитывается.

При недостаточных эмоциональных контактах может быть задержка эмоционального развития, которая может сохраниться на всю жизнь.

Воспитатель должен стремиться к установлению тесных эмоциональных контактов с каждым ребенком.

Взаимоотношения с другими людьми, их поступки – важнейший источник чувств дошкольника: радости, нежности, сочувствия, гнева и других переживаний.

Чувства, возникающие у ребенка по отношению к другим людям, легко переносятся и на персонажей художественной литературы – сказок, рассказов.

Переживания могут возникать и по отношению к животным, игрушкам, растениям. Ребенок сочувствует, например, сломанному цветку.

В семье ребенок имеет возможность испытывать целую гамму переживаний. Очень важны доброжелательные взаимоотношения.

Неправильное общение в семье может привести:

- к односторонней привязанности, чаще к матери. При этом слабеет потребность в общении со сверстниками;

- к ревности при появлении второго ребенка в семье, если первый ребенок чувствует себя обделенным;

- к страху при выражении взрослыми отчаяния по малейшему поводу, угрожающему ребенку. И в необычной ситуации может возникать волнение. Страх может быть внушен ребенку. Например, страх темноты. Если ребенок испугался темноты, то потом темнота сама по себе будет пугать его.

Когда близкие взрослые любят ребенка, хорошо относятся к нему, признают его права, постоянно внимательны к нему, он испытывает эмоциональное благополучие – чувство уверенности, защищенности. В этих условиях развивается жизнерадостный, активный физически и психически ребенок. Эмоциональное благополучие способствует нормальному развитию личности ребенка, выработке у него положительных качеств, доброжелательного отношения к другим людям. Именно в условиях взаимной любви в семье ребенок начинает учиться любви сам. Чувство любви, нежности к близким людям, прежде всего к родителям, братьям, сестрам, дедушкам и бабушкам, формирует ребенка как психологически здоровую личность.

Если оценивать особенности чувств шестилетнего ребенка, то надо сказать, что в этом возрасте он не защищен от всего многообразия переживаний, которые у него непосредственно возникают в повседневном общении с взрослыми и сверстниками.