

Старкова М.А.
Педагог-психолог
Муниципальное бюджетное дошкольное образовательное
учреждение «Менделеевский детский сад»
СП по адресу: д. Савино, ул. Октябрьская, 1А
anro.maria@yandex.ru

Развитие эмоционального интеллекта всех участников образовательного процесса

В ФГОС ДО одним из приоритетных направлений образовательной области социально-коммуникативного развития, является развитие эмоционального интеллекта. Именно в дошкольном и младшем школьном возрасте идет активное эмоциональное становление детей, совершенствование их самосознания, способности к рефлексии.

В последние годы увеличивается число детей с эмоциональной неустойчивостью (враждебность, агрессивность, тревожность и т.д.), что серьезно осложняет взаимоотношения ребенка с окружающим миром.

Поэтому, учитывая основную цель психологического сопровождения: создание социально-психологических условий для развития личности дошкольников и их успешного обучения, мы должны развивать эмоциональный интеллект.

Эмоциональный интеллект – это важнейший фактор успеха во всех жизненных сферах. Эмоциональный интеллект – это способность человека правильно понимать чужие эмоции, предсказывать их и правильно на них реагировать, а также чувствовать, интерпретировать, регулировать и выражать собственные переживания.

Мною был разработан и реализован проект «Эмоциональный интеллект». Целью проекта было создание условий для формирования и развития эмоционального интеллекта всех участников образовательного процесса (дети, родители, педагоги).

Задачами являлись:

1. Учить распознавать и осознавать свои и чужие эмоции;
2. Развивать навыки эмоционального самоконтроля;
3. Обеспечить информационными ресурсами родителей и педагогов для развития их эмоционального интеллекта и эмоционального интеллекта дошкольников.

Для того, чтобы погрузиться в тему эмоционального интеллекта, я изучила соответствующую литературу:

1. Изотова Е. И., Никифорова Е. В. Эмоциональная сфера ребенка, 2004
2. Комкова Е. И., Недвецкая Т. М. Идентификация эмоций как показатель эмоционального интеллекта у старших дошкольников // Инновационные образовательные технологии, 2012, № 1 (29)
3. Куракина А. О. Модель психолого-педагогического сопровождения развития эмоционального интеллекта дошкольников. // Фундаментальные исследования, 2013, № 11.
4. Нгуен М. А. Развитие эмоционального интеллекта. // Ребенок в детском саду, 2007, №5.
5. Андреева И. Н. Эмоциональный интеллект: исследования феномена // Вопросы психологии, 2006, № 3.
6. Кряжева Н. Л. Развитие эмоционального мира детей. Популярное пособие для родителей и педагогов. Ярославль: Академия развития, 1996.

Также я была слушателем онлайн-конференции «Эмоциональный интеллект в воспитании детей», которую проводила Л. Депутатова, создатель группы «Школа развития эмоций. Эмоциональный интеллект» в г.Перми.

Помимо изучения литературы я прошла курсы повышения квалификации по программе «Управление качеством образования. Компетенции 21 века. Эмоциональный интеллект», НИУ «Высшая школа экономики»; «Развитие и коррекция эмоциональной сферы ребенка средствами арт-педагогике», ПГГПУ.

Для распространения информации по теме развития эмоционального интеллекта среди родителей и педагогов мною были созданы различные памятки и буклеты: «Мир эмоций», «Эмоциональный интеллект дошкольника», «Как развивать эмоциональный интеллект», «Алгоритм работы с гневом», «Психологическая безопасность», «Техники переключения от негативных эмоций».

В течение года информацию по теме эмоционального развития публиковалась в соц.сети «ВКонтакте» в моей группе «Психологическое консультирование».

Для благополучного развития эмоциональной сферы у дошкольников, с детьми в детском саду мною были проведены групповые развивающие занятия, направленные в частности на развитие эмоциональной сферы детей. На занятиях дети знакомились с героями, представленными в виде базовых эмоций: радость, грусть, злость, удивление, страх, спокойствие. Дети учились распознавать, выражать и регулировать свои эмоциональные проявления.

Для того, чтобы родители и педагоги способствовали развитию эмоционального интеллекта детей, я подготовила и рекомендовала им различные дидактические пособия:

- Игра «Театр настроений»
- Игра «Зоопарк настроений»
- «Кубик эмоций»
- «Межполушарные дорожки. Эмоции»
- Игра «Путешествие в мир эмоций»
- «Экран настроений» в группах
- Карточка «Мирилки»
- Книжки-малышки «Когда я злюсь, я могу...»
- Лото «Подбери эмоцию»

Для гармоничного развития эмоционального интеллекта ребенка, взрослому нужно стать проводником ребенка в мире эмоций, последовательно проходя вместе с ним 4 основных шага. С этими шагами родители и педагоги познакомились на практикумах «Погружение в мир эмоций», «Эмоции в движении», «Палитра эмоций» и «Эмоциональный интеллект дошкольника». Родители и педагоги непосредственно участвуют в воспитании детей и оказывают влияние на их развитие эмоциональной сферы. На практикумах они познакомились и изучили основы развития эмоционального интеллекта.

Кроме этого на родительских собраниях была представлена информация по оснащению «Уголков психологической разгрузки» в группах детского сада.

В детском саду был проведен конкурс «Лучший уголок психологической разгрузки», в котором педагоги с поддержкой родителей смогли воплотить в реальность свои задумки по созданию эмоционально комфортного и безопасного места в группе, которое бы способствовало развитию эмоционального интеллекта воспитанников.

В конкурсе приняли участие 18 групп в двух номинациях «Мое уютное гнездышко», «Мой маленький мир».

В уголках психологической разгрузки для детей имеются материалы:

- для психологической разгрузки воспитанников;
- для обучения агрессивных детей способам выражения гнева в приемлемой форме;
- для обучения дошкольников умению владеть собой в различных ситуациях, приемам саморегуляции;

- для обучения детей бесконфликтному общению с помощью - развивающих игр;
- для повышения самооценки для тревожных, неуверенных в себе детей;
- для обучения воспитанников навыкам сотрудничества и согласованным действиям в команде.

Пополнение уголка дидактическими материалами будет способствовать развитию и коррекции социально-эмоциональной сферы детей.

Анализ результатов проекта «Эмоциональный интеллект» проводился на основе психологической диагностики и анкетирования.

- Методика «Эмоциональные лица» (Семаго Н. Я.)
- Анкета для родителей и педагогов «Что я думаю об эмоциях и чувствах?»
- Опросник эмоционального интеллекта «Эмин» (Д.В.Люсин)

По итогам диагностики методики «Эмоциональные лица» дети стали лучше ориентироваться и анализировать изображения эмоциональных состояний.

По результатам анкетирования «Что я думаю об эмоциях и чувствах?» выявились следующие результаты:

1. Педагоги и родители расширили знания об эмоциях и чувствах
2. Педагоги и родители научились распознавать и осознавать эмоции
3. Педагоги и родители стали стремиться контролировать свои эмоциональные проявления
4. Педагоги и родители осознали важность проживания эмоций

По результатам опросника «Эмин» общий эмоциональный интеллект педагогов и родителей повысился.

Следует отметить, что развитие эмоционального интеллекта - это длительный процесс, который может длиться всю жизнь, и важен в любом возрасте. Дошкольники только формируются как личности, и поэтому в детском саду им важно получить начальные навыки осознания и контроля своих эмоций. Это поможет в будущем достигать своих целей, развиваться и уметь владеть собой в любых жизненных ситуациях.