

Алимпьева Светлана Валерьевна

педагог-психолог

Галдина Дарья Сергеевна

педагог-психолог

Колесова Алена Анатольевна

педагог-психолог

ГБОУ «Курганская школа №8»

г. Курган, Курганская область

РАЗВИТИЕ ЭМОЦИОНАЛЬНОГО ИНТЕЛЛЕКТА У МЛАДШИХ ШКОЛЬНИКОВ С МЕНТАЛЬНЫМИ НАРУШЕНИЯМИ

Аннотация: в статье отражена актуальность развития эмоционального интеллекта у обучающихся с ментальными нарушениями. Авторы выделяют основные направления работы педагога-психолога по его развитию.

Ключевые слова: эмоциональный интеллект, ментальные нарушения, обучающиеся.

Успешность школьного обучения в педагогике чаще всего связывают с развитием когнитивной сферы ребенка. Однако, современные исследования показывают, что школьники с развитым эмоциональным интеллектом лучше концентрируют внимание, легче налаживают отношения и более успешны в школьной жизни. В процессе обучения детей с ментальными нарушениями психологи, педагоги и родители ориентированы, в основном, на то, как максимально эффективно обучить ребенка думать, рассуждать, понимать. Развитие эмоционального интеллекта у детей с ментальными нарушениями имеет особое значение, поскольку они могут столкнуться с трудностями в общении и адаптации в социальной среде.

Эмоциональный интеллект (англ. emotional intelligence) – сумма навыков и способностей человека распознавать эмоции, понимать намерения, мотивацию и желания других людей и свои собственные, а также способность управлять своими эмоциями и эмоциями других людей в целях решения практических задач.

Важным аспектом развития эмоционального интеллекта является умение распознавать и понимать эмоции других людей. Дети с ментальными нарушениями испытывают трудности в чтении невербальных сигналов и понимании эмоциональных выражений лица. Поэтому важно проводить тренировки и занятия, направленные на развитие навыков распознавания эмоций. Этому способствуют такие игры, где дети должны определить эмоцию: по выражению лица педагога-психолога, фотографии, карточки с изображением различных эмоций, пиктограммы. Эффективен также просмотр кино или мультфильма без звукового сопровождения; просмотр в книгах иллюстраций, изображающих различные жизненные ситуации и эмоции героев в них. Так обучающиеся формируют представления об проявлении основных эмоциональных состояний человека (радость, печаль, злость, удивление, страх, стыд, интерес).

На следующем этапе формирования эмоционального интеллекта обучающиеся самостоятельно соотносят настроения героев с жизненными ситуациями, отражают характерные признаки этих эмоциональных состояний. Например, герою выбирают из нескольких вариантов и приклеивают «нужное лицо», дорисовывают мимику, подбирают подходящие к настроению глаза, брови, рот и т. д.

Одной из основных задач развития эмоционального интеллекта у младших школьников с ментальными нарушениями является помощь им в осознании и выражении собственных эмоций. На специально-организованных занятиях педагога-психолога для таких обучающихся создается безопасная и поддерживающая среда, где они могут свободно выражать свои эмоции и чувства. Психогимнастика, рисование, музыка, психологические игры и тренинги учат детей осознавать свои эмоции, проявлять их мимикой, жестами, интонациями голоса и давать им вербальную характеристику и оценку. Кроме того, кодирование эмоций, преобразование их и выражение в разных формах, имитация чужих эмоциональных состояний помогают развивать у обучающихся навык эмпатии.

Также важнейшим направлением работы педагога-психолога является обучение детей стратегиям управления эмоциями. На занятиях дети учатся тому, как контролировать свои эмоции и адаптироваться к различным жизненным си-

туациям. Обучающиеся осваивают техники релаксации, дыхательные упражнения, медитации, визуализацию. Отрабатывают навыки решения проблем и конфликтов, чтобы они могли эффективно справляться с трудностями и строить здоровые отношения с другими людьми.

Развитие эмоционального интеллекта у младших школьников с ментальными нарушениями требует индивидуального подхода и терпения. Важно помнить, что каждый ребенок уникален и может иметь свои особенности и потребности.

В заключение, развитие эмоционального интеллекта у младших школьников с ментальными нарушениями является важным аспектом их общего развития. Помощь детям в осознании и выражении своих эмоций, развитие навыков распознавания эмоций и управления ими, а также развитие навыков решения проблем и конфликтов поможет им успешно адаптироваться в социальной среде.

Список литературы

1. Алешина А. Эмоциональный интеллект / А. Алешина, С. Шабанов. – М.: Манн-Иванов-Фербер, 2014.
2. Воронкова В.В. Эмоционально-волевые процессы умственно отсталых детей / В.В. Воронкова. – М.: Гардарика, 2005.
3. Данилина Т.А. В мире детских эмоций / Т.А. Данилина, В.Я. Зедгенидзе, Н.М. Степина. – М.: Айрис-Пресс, 2004. EDN QXIJNB
4. Иванова Е.В. Коррекция и развитие эмоциональной сферы детей с ограниченными возможностями здоровья / Е.В. Иванова, Г.В. Мищенко. – М.: Национальный книжный центр, 2016.