

Гильманова Людмила Викторовна

канд. пед. наук, заведующая

ГАПОУ «Набережночелнинский педагогический колледж»

г. Набережные Челны, Республика Татарстан

Низамеева Эльвира Фанисовна

воспитатель

МБДОУ «Д/С №19 «Аленка»

г. Набережные Челны, Республика Татарстан

Диазтдинова Гульнара Шамиловна

воспитатель

МБДОУ «Д/С №19 «Аленка»

г. Набережные Челны, Республика Татарстан

Миннигулова Ляйсан Асадуловна

воспитатель

МБДОУ «Д/С №19 «Аленка»

г. Набережные Челны, Республика Татарстан

РАЗВИТИЕ ЭМОЦИОНАЛЬНОГО ИНТЕЛЛЕКТА У ДЕТЕЙ ДОШКОЛЬНОГО ВОЗРАСТА В РАМКАХ ФГОС ДО

***Аннотация:** в статье рассматривается актуальная проблема развития эмоционального интеллекта (ЭИ) детей дошкольного возраста в контексте требований Федерального государственного образовательного стандарта дошкольного образования (ФГОС ДО). Обосновывается необходимость целенаправленной педагогической работы в данном направлении, поскольку эмоциональный интеллект является фундаментом для успешной социализации, учебной деятельности и психического благополучия ребенка.*

***Ключевые слова:** эмоциональный интеллект, дошкольное образование, ФГОС ДО, социально-коммуникативное развитие, эмоциональная грамотность, эмпатия, саморегуляция, педагогические методы.*

Современный мир предъявляет к человеку высокие требования не только в сфере интеллектуальных знаний и профессиональных компетенций, но и в области межличностного взаимодействия, способности понимать себя и других, эффективно управлять своими эмоциональными состояниями. Эти способности, объединяемые понятием «эмоциональный интеллект» (ЭИ), становятся ключевыми для успешной адаптации, построения гармоничных отношений и достижения жизненных целей. Закладывается этот фундамент в самом раннем возрасте – в период дошкольного детства, когда эмоциональная сфера является ведущей в развитии личности.

Федеральный государственный образовательный стандарт дошкольного образования (ФГОС ДО), являясь основополагающим документом, задает вектор развития системы дошкольного воспитания. Анализ его положений позволяет сделать вывод, что, хотя термин «эмоциональный интеллект» прямо не упоминается, его развитие является одной из приоритетных, сквозных задач, интегрированных в различные образовательные области. Это отражает гуманистический и личностно-ориентированный подход Стандарта, который нацелен не на формальные результаты, а на поддержку «позитивной социализации, развития инициативы и творческих способностей» ребенка.

Таким образом, актуальность данной статьи обусловлена необходимостью осмысления и практической реализации потенциала ФГОС ДО для целенаправленного развития эмоционального интеллекта дошкольников. Целью статьи является анализ возможностей и направлений развития ЭИ у детей в соответствии с требованиями ФГОС ДО и представление конкретных педагогических инструментов для этой работы.

Понятие эмоционального интеллекта, популяризованное в 1990-е годы Дж. Мейером и П. Сэловеем, в адаптированном для дошкольной педагогики виде можно определить как совокупность способностей ребенка.

1. Распознавать и называть свои эмоции и эмоции других людей (по мимике, жестам, интонации).

2. Понимать причины и последствия возникающих эмоциональных состояний (своих и чужих).

3. Управлять своими эмоциями и поведением, выражать чувства социально приемлемыми способами.

4. Использовать эмоции для решения задач (мотивация, сопереживание, сотрудничество).

ФГОС ДО, ориентируясь на создание условий для развития «способностей и творческого потенциала каждого ребенка как субъекта отношений с самим собой, другими детьми, взрослыми и миром», напрямую обращается к этим компетенциям. Прежде всего, задачи развития ЭИ наиболее явно отражены в образовательной области «Социально-коммуникативное развитие». Согласно Стандарту, эта область направлена на «усвоение норм и ценностей, принятых в обществе», развитие общения и взаимодействия со взрослыми и сверстниками, становление самостоятельности, формирование позитивных установок к различным видам труда и творчества. Ключевые составляющие ЭИ – эмпатия, умение договариваться, разрешать конфликты, следовать социальным нормам – являются стержнем данной области.

Однако развитие эмоционального интеллекта не ограничивается одной областью. Оно пронизывает весь образовательный процесс: в «Познавательном развитии» любознательность, удивление, радость открытия – мощные эмоциональные двигатели исследовательской деятельности; в «Речевом развитии» обогащение словаря эмоциональной лексикой, умение словесно описать свои чувства и понять эмоциональный подтекст сказки или истории прямо способствует развитию первых двух компонентов эмоционального интеллекта; в «Художественно-эстетическом развитии» ребенок учится выражать и трансформировать свои эмоции через рисование, музыку, танец, что является культурно опосредованной формой эмоциональной саморегуляции; в «Физическом развитии» понимание связи между физическим состоянием и эмоциональным самочувствием («когда я устал, я становлюсь раздражительным») закладывает основы телесного осознания.

Таким образом, ФГОС ДО создает нормативные предпосылки для системной работы по развитию эмоционального интеллекта, интегрируя ее в различные виды детской деятельности.

Реализация требований ФГОС ДО в части развития ЭИ требует от педагога владения широким спектром конкретных методов и создания специальной эмоционально-безопасной развивающей среды. Работу следует вести последовательно, от более простых задач к сложным.

1. Работа по развитию эмоциональной грамотности (распознавание и называние эмоций). Это базовый этап, без которого невозможны дальнейшие шаги. Педагоги могут использовать:

- «Эмоциональный АВС»: введение в активный словарь детей названий основных (радость, грусть, злость, страх, удивление) и затем более сложных эмоций (обида, гордость, смущение, восхищение). Эффективны дидактические игры: «Найди такую же эмоцию» (подбор карточек), «Эмоциональное лото», «Угадай, что я чувствую» (изображение эмоции мимикой и жестами);

- работа с пиктограммами, фотографиями, репродукциями картин. Дети учатся «считывать» эмоции с лиц людей, обсуждают, что могло вызвать такое состояние у персонажа на картине;

- чтение художественной литературы с глубоким анализом эмоций героев. После прочтения сказки или рассказа важно задавать вопросы не только о сюжете, но и о чувствах персонажей: «Почему Зайчик плакал? Что почувствовал Мишка, когда нашел своего друга? Как бы ты себя чувствовал на его месте?». Это упражнение, как отмечает А.В. Молчанова, прекрасно развивает способность к распознаванию и пониманию эмоций в контексте ситуации [1].

2. Формирование эмпатии и понимания причин эмоций. На этом этапе ребенок учится связывать эмоцию с вызвавшей ее ситуацией и переносить этот опыт на других:

- проективные методики и ролевые игры: «Зеркало эмоций» (повторение эмоции за педагогом или другим ребенком), «Театр эмоций» (разыгрывание небольших сценок). В сюжетно-ролевой игре «Больница», «Семья» дети есте-

ственным образом проживают разные социальные роли и связанные с ними эмоциональные состояния;

– метод «эмоциональных предсказаний»: Обсуждение с детьми: «Что почувствует мама, если мы ей поможем?», «Как будет себя чувствовать Петя, если мы не возьмем его в игру?». Это формирует основу для прогнозирования последствий своих действий для эмоционального состояния другого;

– беседы-рассуждения с использованием личного опыта детей: «Вспомни, когда ты последний раз злился. Что стало причиной? Что тебе помогло успокоиться?». Такой подход, основанный на принципе поддержки детской инициативы, заложенном в ФГОС ДО, позволяет связать обучение с личным миром ребенка.

3. Развитие навыков саморегуляции и управления эмоциями. Это самый сложный, но критически важный компонент. Здесь на помощь приходят как традиционные, так и современные техники.

– «Уголок уединения и эмоциональной разгрузки» в группе. Это пространство, организованное в соответствии с требованиями к развивающей предметно-пространственной среде ФГОС ДО, где ребенок может побыть один, успокоиться с помощью антистрессовых игрушек, послушать спокойную музыку, порисовать;

– дыхательные и телесно-ориентированные упражнения: «Задуй свечу», «Сдуем шарик с ладошки», «Дерево на ветру». Эти простые техники помогают ребенку в момент сильных эмоций переключить внимание с внешней причины на внутренние физиологические ощущения и взять их под контроль;

– сказкотерапия и арт-терапия: сочинение историй, где герой сталкивается с похожими эмоциональными трудностями и находит конструктивный выход. Рисование эмоций красками («Нарисуй свою злость, а потом преврати ее во что-то смешное») позволяет символически выразить и трансформировать негативные переживания. Исследования Е.А. Сергиенко и соавторов показывают, что подобные опосредованные формы работы особенно эффективны для дошкольников, чья эмоциональная сфера тесно связана с образным мышлением и творчеством [2];

– «Правила нашей группы» и ритуалы. Совместно с детьми разрабатываются и визуализируются простые правила: «Говорим по очереди», «Если хочешь поиграть чужой игрушкой – попроси», «Сигнал «СТОП» для паузы в конфликте». Ежедневные ритуалы приветствия и прощания, обсуждения прошедшего дня («Колесо настроения») создают чувство предсказуемости и безопасности, снижая общий уровень тревожности.

Эффективность развития эмоционального интеллекта напрямую зависит от эмоциональной компетентности самого педагога. Воспитатель должен быть образцом эмоциональной культуры: открыто и адекватно выражать свои чувства, конструктивно разрешать конфликты, проявлять искренний интерес и эмпатию к переживаниям детей. Его задача – не оценивать эмоции ребенка («Нельзя так злиться!»), а помочь их понять и направить в безопасное русло («Я вижу, ты очень зол. Давай подумаем, что мы можем сделать с этой злостью?»).

Не менее важным условием, соответствующим принципам ФГОС ДО о сотрудничестве с семьей, является вовлечение родителей в этот процесс. Эмоциональный интеллект формируется не эпизодически, а в повседневном общении. Педагоги могут: проводить тематические родительские собрания и мастер-классы, объясняя важность ЭИ и знакомя с простыми приемами; организовывать совместные детско-родительские мероприятия с акцентом на эмоциональном взаимодействии; создавать информационные стенды или памятки с рекомендациями: «Как читать сказку, чтобы развивать эмпатию», «Игры для распознавания эмоций дома», «Как помочь ребенку справиться с истерикой». Как справедливо отмечает О.В. Хухлаева, только при согласованности действий педагогов и родителей можно достичь устойчивого положительного эффекта в развитии эмоционально-волевой сферы ребенка [3].

Таким образом, развитие эмоционального интеллекта у детей дошкольного возраста является не модным трендом, а насущной педагогической необходимостью, отвечающей духу и букве ФГОС ДО. Стандарт, ориентированный на целостное развитие личности, создает все нормативные и содержательные предпосылки для системной работы в этом направлении. Через интеграцию за-

дач развития ЭИ во все образовательные области, через создание специальной развивающей среды и использование адекватных возрасту методов (игровых, проективных, арт-терапевтических) педагоги дошкольных учреждений могут эффективно способствовать становлению эмоционально грамотной, эмпатичной и способной к саморегуляции личности.

Список литературы

1. Молчанова А.В. Развитие эмоционального интеллекта у старших дошкольников посредством художественной литературы / А.В. Молчанова // Дошкольное воспитание. – 2021. – №5. – С. 45–52.
2. Сергиенко Е.А. Эмоциональный интеллект ребенка: теория и практика / Е.А. Сергиенко, И.И. Ветрова. – М.: Институт психологии РАН, 2020. – 208 с.
3. Хухлаева О.В. Эмоциональный интеллект дошкольника: развиваем в игре / О.В. Хухлаева // Справочник педагога-психолога. Детский сад. – 2022. – №3. – С. 18–29.
4. Федеральный государственный образовательный стандарт дошкольного образования: Приказ Минобрнауки России от 17.10.2013 №1155 (ред. от 21.01.2019).
5. Щетинина Е.В. Формирование эмоциональной регуляции у детей 5–7 лет в условиях дошкольной образовательной организации: методическое пособие / Е.В. Щетинина. – СПб.: Детство-Пресс, 2019. – 112 с.