

**Долгих Татьяна Викторовна**

воспитатель

**Фоменко Светлана Анатольевна**

воспитатель

**Моногарова Оксана Васильевна**

музыкальный руководитель

МБДОУ «Д/С №20 «Калинка»

г. Старый Оскол, Белгородская область

## **РАЗВИТИЕ ЭМОЦИОНАЛЬНОГО ИНТЕЛЛЕКТА ДОШКОЛЬНИКОВ В УСЛОВИЯХ СОВРЕМЕННОГО ОБРАЗОВАНИЯ**

**Аннотация:** в статье рассматривается актуальность развития эмоционального интеллекта (ЭИ) у детей дошкольного возраста как ключевого компонента успешной социализации и академической адаптации. Авторы анализируют структуру ЭИ и обосновывают необходимость его целенаправленного формирования. Описаны практические педагогические подходы, интегрированные в образовательный процесс ДОУ. Делается вывод о том, что системная работа по развитию ЭИ является стратегической инвестицией в психическое здоровье и успешность ребенка.

**Ключевые слова:** эмоциональный интеллект, дошкольное образование, саморегуляция, эмпатия, социализация, педагогические технологии.

Современный мир характеризуется высокой скоростью изменений, усложнением социальных взаимодействий и повышенными требованиями к личностным компетенциям. В этом контексте, наряду с академическими знаниями, критически важным показателем успешности человека становится его эмоциональный интеллект. В дошкольном возрасте закладываются основы этой способности. Актуальность данной темы обусловлена необходимостью подготовки детей к полноценной жизни в обществе, где успешность часто зависит не только от IQ, но и от EQ (Emotional Quotient).

Понятие эмоционального интеллекта, популяризированное Д. Гоулманом, включает четыре ключевых компонента: самосознание, саморегуляцию, социальную осведомленность и управление отношениями. Для дошкольников эти компоненты проявляются на базовом уровне:

Самосознание: Ребенок учится называть свои чувства («Мне грустно», «Я злюсь»).

Саморегуляция: Он осваивает способы успокоения или выражения эмоций социально приемлемым способом (например, вместо крика – просит помощи).

Социальная осведомленность (Эмпатия): Способность понять, что чувствует друг, который уронил игрушку.

Управление отношениями: Умение делиться, договариваться, разрешать мелкие конфликты.

Именно в период с 3 до 7 лет мозг наиболее пластичен для формирования нейронных связей, отвечающих за эмоциональную регуляцию. Неразвитый ЭИ в этом возрасте может приводить к поведенческим проблемам, трудностям в общении со сверстниками и низкой академической успеваемости в будущем.

Эффективное развитие эмоционального интеллекта требует системного подхода, интегрированного во все виды деятельности ДОО. Практические подходы к развитию ЭИ в ДОО.

1. Обогащение «Словаря Эмоций» (Навык самосознания). Ключевым моментом является вербализация чувств. Педагогу необходимо постоянно проговаривать эмоции, которые наблюдаются у себя и у детей («Я вижу, ты расстроен, потому что...»). Использование эмоциональных карт, «Дневников настроения» и сюжетно-ролевых игр, где дети примеряют разные эмоциональные роли, помогают детям осознать свои внутренние состояния.

2. Обучение стратегиям саморегуляции. Недостаточно научить ребенка называть грусть; важно научить его справляться с ней. Активно используются следующие методы: «Уголки спокойствия»; дыхательные упражнения; простые техники, адаптированные для дошкольников, переключение внимания.

3. Развитие эмпатии через совместную деятельность. Эмпатия развивается через наблюдение и подражание. Использование художественной литературы с последующим обсуждением чувств персонажей («Как ты думаешь, почему лиса поступила так? Что она чувствовала?»), а также совместные проекты формируют «мостики» понимания между детьми. Важна также работа с конфликтами: вместо немедленного наказания, педагог направляет детей на поиск причин конфликта и совместного решения, основанного на понимании чувств оппонента.

4. Роль родительского сообщества. Педагогический опыт показывает, что без вовлечения семьи результаты устойчивы не будут. Необходимо проводить обучающие семинары для родителей о важности эмоционального воспитания, предлагать игры и методики для домашнего использования, чтобы обеспечить единство требований и поддержки эмоционального развития ребенка как в ДОУ, так и дома.

Развитие эмоционального интеллекта в дошкольном возрасте – это стратегическая инвестиция в будущее ребенка. Системная работа в ДОУ, основанная на создании безопасной, принимающей среды, где эмоции признаются и обсуждаются, позволяет дошкольникам овладеть важнейшими жизненными навыками. Педагогический опыт доказывает, что целенаправленная работа над ЭИ не только улучшает социальную адаптацию детей, но и способствует более успешному освоению ими образовательной программы в целом.

### ***Список литературы***

1. Гоулман Д. Эмоциональный интеллект / Д. Гоулман; пер. с англ. – М.: АСТ, 2018. – 477 с.
2. Лаврентьева Г.П. Технологии развития эмоционального интеллекта дошкольников / Г.П. Лаврентьева, Е.Е. Титова. – СПб.: Детство-Пресс, 2019. – 155 с.
3. Широкова Г.А. Психология дошкольника: развитие эмоций, мотивации и саморегуляции / Г.А. Широкова. – М.: Академия, 2018. – 320с.