**Автономное учреждение дошкольного образования муниципального образования Заводоуковский городской округ**

**«Центр развития ребёнка – детский сад «Золушка»**

**КОНЦЕПТУАЛЬНОЕ ИЗЛОЖЕНИЕ**

**ПЕДАГОГИЧЕСКОГО ОПЫТА**

**«Развитие эмоционального интеллекта как условие**

**успешной социализации дошкольников»**

**Карелина Елена Ивановна,**

**воспитатель**

**2016 г.**

**Содержание:**

Введение………………………………………………………………………………………….... 3

1. Научно-теоретические основы развития эмоционального интеллекта……………………………………………………………………………………... 5
2. Виды эмоций………………………………………………………………………………...…6
3. Пути развития эмоционального интеллекта в дошкольном возрасте..……………………………………………………………………………………..… 8
4. Взаимодействие и сотрудничество с семьями воспитанников……………………………………………………………..…………....…... 12

Заключение…………………………………………………………………………………...….. 12

Список литературы…………………………………………………………………………….. 14

**Введение**

***«Есть люди, которые умом создают себе сердце,***

***другие — сердцем создают себе ум:***

***последние успевают больше первых,***

***потому что в чувстве гораздо больше разума,***

***чем в разуме чувств»***

***(П. Я. Чаадаев)***

Жизнь человека очень насыщена различными явлениями, предметами, и ничто не оставляет его равнодушным. Человек не только познает объективную и субъективную действительность, но и относится определенным образом к предметам, событиям, к другим людям, к своей личности, сопровождая этот процесс эмоциональными переживаниями.

Эмоции и чувства направляют внимание на важные события, они готовят к определённым действиям и влияют на мыслительный процесс. Для людей вокруг  важен не только ваш ум и обширные познания, им так же  важно то, как вы говорите, насколько с вами приятно просто находиться рядом, насколько вы готовы и умеете взять на себя ответственность, вдохновить, отстоять свою позицию. Наши чувства и эмоции влияют  на здоровье и личную жизнь, успех в работе,  помогают сделать отличную карьеру, добиться высоких результатов, но могут и в одночасье все это разрушить.  Умения распознавать эмоции окружающих, регулировать собственное эмоциональное состояние являются слагаемыми «эмоционального интеллекта», который оказывает большое влияние на успешность человека в обществе, его социализацию.

В этой связи очень **актуальной** становится проблема формирования эмоционального интеллекта у детей начиная с дошкольного возраста, т.к. именно этот возраст является базовым в формировании основ личности. Ребенок начинает осознавать свое «Я», свою деятельность, начинает себя оценивать, учится взаимодействовать со сверстниками и взрослыми. В этот период происходит активное становление эмоций и чувств. А опыт эмоционального отношения к миру, по мнению психологов, обретаемый в дошкольном возрасте, является весьма прочным и принимает характер установки. Эмоциональный интеллект предполагает самосознание, контроль импульсивности, уверенность, самомотивацию, оптимизм, коммуникативные навыки, умение эффективно выстраивать взаимоотношения с другими людьми. А это необходимые компоненты для успешной социализации человека, становления конструктивных отношений во взрослом и детском обществах. Поэтому развитие социального и эмоционального интеллекта, эмоциональной отзывчивости, сопереживания,

формирование уважительного отношения и чувства принадлежности к своей семье является одним из приоритетных направлений в образовательной области  «Социально-коммуникативное развитие» вступившего в силу федерального государственного образовательного стандарта дошкольного образования.

**Актуальность**данной проблемы может быть представлена следующими аспектами:

* Кардинальные экономические, политические, социальные преобразования оказывают на современного дошкольника большое влияние и подвергают серьёзным эмоциональным испытаниям, что или тормозит развитие эмоционального мира дошкольника, или искажает этот процесс.
* Программно-методическое обеспечение эмоционального развития дошкольников отстаёт от потребностей практики.
* Практика показывает, что дети часто неадекватно выражают свои эмоции (злость, страх, удивление, стыд, радость, грусть), не умеют правильно оценивать эмоции других детей, что является существенным барьером в установлении доброжелательных взаимоотношений.

**Объект исследования:** эмоциональный интеллект детей дошкольного возраста.

**Предмет исследования:** технология развития эмоционального интеллекта дошкольников.

**Цель исследования:** обеспечение положительной динамики развития эмоционального интеллекта как условие успешной социализации дошкольников.

Из цели исследования вытекают следующие **основные задачи**:

* изучить теоретический материал по проблеме развития эмоционального интеллекта в дошкольном возрасте;
* воспитывать интерес к окружающим людям, развивать чувства понимания и потребности в общении;
* формировать у детей умения и навыки практического владения выразительными движениями – мимикой, жестами, пантомимикой;
* формировать у детей способность распознавать собственные чувства и чувства других людей, чтобы уметь управлять своими эмоциями и поддерживать верный стиль в отношениях;
* развивать самоконтроль в отношении проявления своего эмоционального состояния в ходе самостоятельной деятельности.

**Гипотеза:** мы предположили, что овладение способностями эмоционального интеллекта обеспечит более успешную социализацию детей дошкольного возраста.

**Практическая значимость:** разработка комплекса мероприятий по развитию эмоционального интеллекта у детей дошкольного возраста.

**1. Научно-теоретические основы развития эмоционального интеллекта.**

Впервые термин «**эмоциональный интеллект**» был введён в 1990 году Дж. Мэйером и П. Сэловеем. Одно из определений эмоционального интеллекта, сформулированное этими авторами, звучит как «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».

В наше время этой проблемой занимаются специалисты уже по всему миру. Среди них Л. Моррис, Э. Ориоли, Д. Карузо, Д. Гоулман, К. Кеннон и многие другие. Д. Гоулман определяет эмоциональный интеллект как «способность осознавать свои эмоции и эмоции других, чтобы мотивировать себя и других, и чтобы хорошо управлять эмоциями наедине с собой и при взаимодействии с другими».

В российской педагогике понятие «эмоциональный интеллект» также не является новым. Многие ученые об этом явлении писали, используя другие термины в зависимости от особенностей его выражения: Л.С. Выготский – *«обобщение переживаний»,* А.В. Запорожец *– «эмоциональное воображение»,*В.С. Мухин *– «разумность чувств».*

Обобщая определения многих ученных, эмоциональный интеллект – это способность верно осознавать свои эмоции и эмоции другого, эффективно управлять собственными эмоциями и эмоциями собеседника. И на этой основе строить успешное взаимодействие с окружающими.

Модель эмоционального интеллекта предполагает последовательное и параллельное развитие **четырех основных функций (Д. Гоулман):**

* самосознание (образ "Я", понимание "психологического устройства" себя);
* самоконтроль (способность совладать со своими чувствами, желаниями);
* социальная чуткость (умение устанавливать контакты с разными людьми);
* управление отношениями (способность к сотрудничеству, умение поддерживать, развивать, укреплять контакты.

Исследования учёных, психологов доказывают, что эмоциональный интеллект способствует личному успеху человека, по крайней мере, на 80%, тогда как уровень интеллекта IQ - всего лишь на 20%. Под «успехом» здесь понимается не только профессиональная карьера, но и успех в отношениях с окружающими, в семье и повседневном общении с другими людьми.

Данный термин описывает целый ряд человеческих особенностей: характер, тактичность, тонкость чувств, человечность. Характерно, что эмоциональный интеллект сегодня упоминается в одном контексте с профессиональным и личностным успехом.

Развитие эмоционального интеллекта, позволит овладеть следующими способностями:

* умением контролировать свои чувства так, чтобы они не “переливались через край”;
* способностью сознательно влиять на свои эмоции;
* умением определять свои чувства и принимать их такими, какие они есть (признавать их);
* способностью использовать свои эмоции на благо себе и окружающим;
* умением эффективно общаться с другими людьми, находить с ними общие точки соприкосновения;
* способностью распознавать и признавать чувства других, представлять себя на месте другого человека, сочувствовать ему.

А это важнейшие компоненты успешной социализации человека.

**2. Виды эмоций.**

**Эмоции** (от лат. emovea — потрясаю, волную) — это переживание человеком своего личного отношения к тем или иным явлениям окружающей действительности; субъективное состояние, которое возникает в процессе взаимодействия с окружающей средой или при удовлетворении своих потребностей.

**К выразительным формам эмоций** относятся жесты (движения рук), мимика (движения мышц лица), пантомимика (движения всего тела), эмоциональные компоненты речи (сила и тембр, интонации голоса), вегетативные изменения (покраснение, побледнение, потоотделение).

Аристотель выделял 11 видов эмоций: любовь и ненависть, желание и отвращение, надежду и отчаяние, робость и смелость, радость и печаль, гнев. А представители древнегреческой философской школы стоицизма утверждали, что эмоции должны подразделяться на четыре основные страсти. Это желание и радость, печаль и страх. Р. Декарт признавал 6 главных страстей: удивление, любовь, ненависть, желание, радость, печаль. Длительный период психологи занимались описанием и классификацией эмоций. А.Н. Лук приводит перечень из 70 определений эмоций и чувств, Каннер приводит 365 английских слов, связанных с обозначением разных эмоциональных состояний, Уотсон утверждает наличие у ребенка трех врожденных эмоций: страха, гнева и любви.

Обобщая данные исследований, все же можно выделить основные самые распространенные виды эмоций (К. Изард). Это классификация, которая, по-нашему мнению является наиболее удобной для практических целей.

**По знаку** эмоции делятся на положительные, отрицательные и нейтральные.

**По качеству**:

* *Интерес* (как эмоция) - положительное эмоциональное состояние, способствующее развитию навыков и умений, приобретению знаний, мотивирующее обучение.
* *Радость*- положительное эмоциональное состояние, связанное с возможностью достаточно полно удовлетворить актуальную потребность, вероятность чего до этого момента была небольшой или, во всяком случае, неопределенной.
* *Удивление*-тормозит все предыдущие эмоции, направляя внешние на объект, его вызвавший, и может ᴨȇреходить в интерес.
* *Страдание*- отрицательное эмоциональное состояние, связанное с полученной достоверной информации о невозможности удовлетворения жизненных важнейших потребностей, которое до этого момента представлялось более или менее вероятным, чаще всего протекает в форме эмоционального стресса.
* *Гнев*-отрицательное эмоциональное состояние, протекающее в форме аффекта и вызываемое внезапным возникновением серьезного препятствия на пути удовлетворения исключительно важной для субъекта потребности.
* *Отвращение*- отрицательное эмоциональное состояние, вызываемое объектами, соприкосновение с которыми вступает в резкое противоречие с идеологическими, нравственными или эстетическими принципами и установками субъекта.
* *Страх*- отрицательное эмоциональное состояние, появляющееся при получении субъекта информации о возможной угрозе его жизненному благополучию, о реальной или воображаемой опасности.
* *Стыд*- отрицательное эмоциональное состояние, выражающееся в осознании несоответствия собственных помыслов, поступков и внешности не только ожиданием окружающих, но и собственным представлением о подобающем поведение и внешнем облике.
* *Презрение -* отрицательное эмоциональное состояние, порождаемое рассогласованием жизненных позиций, взглядов и поведения субъекта с жизненными позициями, взглядами и поведением объекта чувства. Последние представляются субъекту как низменные, не соответствующие принятым нравственным нормам и эстетическим критериям.
* *Смущение*

**По силе и устойчивости** эмоции делятся на две группы: ситуативные и устойчивые, в каждой выделяются эмоциональные состояния разного уровня интенсивности (силы).

**3. Пути развития эмоционального интеллекта в дошкольном возрасте**.

Дошкольный возраст, по определению А.Н.Леонтьева - это «период первоначального фактического склада личности». Именно в это время происходит становление основных личностных механизмов и образований, определяющих последующее личностное развитие. Эмоции и чувства, как и другие психические процессы, проходят на протяжении детства сложный путь развития. Поэтому необходимо учитывать возрастные особенности детей.

**Для младшего дошкольного возраста**  эмоции являются мотивами поведения, что объясняет их импульсивность и неустойчивость. К 3 годам начинают закладываться простейшие нравственные эмоции и проявляться эстетические чувства. Начинает проявляться эмоциональное отношение к сверстнику. Происходит дальнейшая «социализация эмоций» (переживание человеком своего отношения к окружающим людям в системе межличностных отношений). Ребенок очень восприимчив в этом возрасте к оценке взрослого, он как бы «прощупывает» правильность своего поведения через эту оценку и быстро усваивает, что вызвало положительную реакцию, а что – отрицательную. Это формирует у детей первоначальное различение «хорошо — плохо». Поэтому, важно в этом возрасте проявлять по отношению к ребенку любовь, ласку, внимание, хвалить малыша за каждое проявление доброжелательности (улыбнулся, отдал игрушку, полюбовался цветочком и т.д.), обучать способам выражения сочувствия, внимания (погладить плачущего, поблагодарить, попрощаться, поздороваться и т.д.). Средствами воспитания положительных эмоций в младшем дошкольном возрасте является сам взрослый, как носитель этих эмоций и вся  окружающая атмосфера, наполненная доброжелательностью и любовью. Опыт показывает, что начинать знакомить детей с эмоциями можно уже с 4-летнего возраста.

**Для ребенка возраста 5-7 лет** свойственны такие формы выражения, как интонация, мимика, пантомимика. Овладев выразительными средствами, он способен более глубоко понимать эмоции и переживать за другого человека. На эмоциональное развитие старших дошкольников особо влияет познавательная сфера, включается речь, происходит интеллектуализация эмоций. Поэтому, в своей работе мы старались включать детей в разнообразные виды деятельности.

В исследовании принимали участие 27 детей подготовительной группы. На начальном этапе мы провели наблюдение за детьми в НОД, на прогулке, в игровой и свободной деятельности по методикам, предложенным Г. А. Урунтаевой и Ю. А. Афонькиной. Цель: определение и изучение навыков культуры общения у детей старшего дошкольного возраста, их отношения друг к другу, степени доброжелательности, эмоционального благополучия.

На основании полученных результатов, можно было сделать вывод, что большая часть детей в группе имела средний и низкий (40% и 35%) уровень развития социальных навыков. Дети не умели договариваться друг с другом, часто ссорились, проявляли агрессию. В группе были ребята, с которыми никто не играл.

Свою работу по решению данной проблемы мы определили в направлении развития у дошкольников качеств эмоционального интеллекта.

**Содержание работы** в данном направлении мы предлагаем структурно представить следующим образом.

* **Комфортная организация режимных моментов**, чтобы ребёнку было комфортно с первых минут пребывания в детском саду. Это доброжелательность, улыбка, ласковое обращение, применение музыкальных минуток приветствия, ритмические и психофизические упражнения, прослушивание музыки разного характера, заучивание пословиц, поговорок, отрывков из стихотворений, использование релаксационных пауз и т.д.
* **Создание соответствующей развивающей среды** (игры на распознавание эмоций, пиктограммы, дневник настроения, уголок релаксации, уголок свободного детского творчества по выбору детей и т.д.)
* **Оптимизация двигательной деятельности** происходитчерез организацию физкультурно-оздоровительных мероприятий.

Это физкультминутки, подвижные игры, различные виды гимнастик, организация досугов и праздников, участие в спортивных мероприятиях города и т.д.

* **Знакомство с «Азбукой эмоций»**, обучение их вербальному и невербальному выражению через ролевые образы; освоение понятийного содержания слов, обозначающих эмоции, переживания, оттенки настроений, их соотнесённости с определённым состоянием человека, сказочного героя.
* **Игротерапия** (сюжетно-ролевые, коммуникативные, познавательные, игры – драматизации, творческие и т.д.).

Игра - один из основных видов деятельности детей дошкольного возраста. В процессе игры создаются наиболее благоприятные условия для формирования, развития и совершенствования психических процессов ребенка, формирования его личности. Игры наполняют жизнь детей радостными переживаниями, эмоционально обогащают их, создают бодрое настроение.

* **Беседы, дискуссии, решение ситуативных задач.**
* **Разучивание стихотворений**, несущих эмоциональную окраску, конфликт интересов.Ролевое исполнение стихотворений позволяет побывать ребёнку в разных эмоциональных ситуациях.Регулярное проведение конкурсов чтецов на различные темы позволило привлечь родителей и добиться отличных результатов в развитии эмоциональной выразительности речи.
* **Арт-терапия** – представляет собой методику коррекции при помощи художественного творчества (овладение нетрадиционными способами рисования, лепка, ритмопластика, танец). Нами была разработана и реализована программа по дополнительному образованию детей (обучение лепке из солёного теста). Особый интерес вызвали нетрадиционные техники рисования. Такие, как рисование по соли и солью, песком, печатание, пластилинография, рисование мыльной пеной и др. Это прекрасная возможность проявить своё творчество и получить массу положительных эмоций. Коллективные работы детей, нацеленные на получение совместного результата, также способствовали развитию умения устанавливать контакты, сотрудничать, в адекватной форме делиться своими эмоциями.
* **Психогимнастика** – один из невербальных методов, который предполагает выражение эмоционального состояния, эмоциональных проблем с помощью движения, мимики, жестов (этюды, мимика, пантомимика). Использовалась методика М. И. Чистяковой, Е. А. Алябьевой.
* **Использование наглядных пособий**(фотографии, рисунки, схемы и т.д.).
* **Чтение художественной литературы,** которая представлена фольклорными и авторскими произведениями. Кроме непосредственного восприятия, используются приёмы придумывания, досказывания, изменения хода или окончания произведения.
* **Проектная творческая и исследовательская деятельность.**

В ней ребята и взрослые (включая родителей) объединяются для достижения результата, открытия новых знаний. Такое взаимодействие объединяет и эмоциональные переживания, влияющие на развитие доброжелательных отношений в группе. Позволяет каждому ребёнку почувствовать радость успеха.

Нами были реализованы исследовательские проекты «Кристаллы жизни», «Лесной барабанщик», творческий проект «Город, который построили мы», социальные проекты «Мир вокруг нас», «Азбука движения», «Радуга эмоций» и другие.

* **Моделирование проблемных ситуаций.**
* **Театрализованная деятельность** – это своеобразное представление жизненного опыта людей, открытие новых знаний и ощущений, постижение неизведанных переживаний, иного опыта. Это психотренинг, развивающий детей эмоционально, интеллектуально и духовно. Поэтому мы старались организовать свою работу так, чтобы элементы театрализации пронизывали разные формы работы с детьми. Для этого созданы и постоянно пополняются различные виды театров, атрибуты. Активно взаимодействуем с родителями, музыкальным руководителем, театральной студией («Центр развития детей и молодёжи»), используем элементы театрализации в НОД.
* **Использование музыки (**прослушивание музыкальных произведений разного характера, создание комплекса ритмической гимнастики на основе известных детских песен, ритмопластика, музыкальные физминутки (автор Е. Железнова), прослушивание звуков природы и т.д.)
* **Взаимодействие с организациями города** (биатлонный центр «Сосновый бор», библиотеки, пожарная часть, средняя школа №4, «Центр развития детей и молодёжи» и др.)

**4. Взаимодействие и сотрудничество с семьями воспитанников**.

Работу над развитием эмоционального интеллекта у дошкольников мы проводим в тесном сотрудничестве с родителями своих воспитанников. Дети должны постоянно чувствовать, что родителей тревожат не только их успехи в приобретении различных навыков и умений. Устойчивое внимание родителей к личностным качествам и свойствам детей, к взаимоотношениям со сверстниками, к культуре их отношений и эмоциональных проявлений укрепляет в сознании дошкольников социальную значимость и важность этой особой сферы – сферы эмоционального отношения к другим людям.

В работе с родителями по развитию эмоционального интеллекта мы использовали следующие формы работы:

-  папки – передвижки  («Что делать, если…», «Эмоционально – речевое развитие детей», и др.), информационные стенды («Развиваем эмоциональный интеллект», «Школа эмоций»…);

-  индивидуальные консультации, психологические тренинги;

-  беседы («Нестабильность эмоционального состояния», «Кризис 3-х лет» и др.);

- вовлечение в проектную деятельность;

- родительские встречи и тематические вечера («Развитие эмоционального интеллекта ребёнка в семье», «Разноцветный мир в детских ладошках» и др.)

- совместные досуги, праздники и прогулки, участие в творческих конкурсах различного уровня и т.д.

- организация выставок поделок и работ, сделанных родителями совместно с детьми;

- анкетирование родителей.

Организованная педагогическая  работа с детьми и их родителями значительно  обогащает эмоциональный опыт детей и способствует коррекции недостатков в их личностном развитии.

**Заключение.**

Подводя итоги исследования в данном направлении, можно отметить значительное увеличение детей с показателями среднего и высокого уровня развития социальных навыков (45% и 50%).

Прослеживается положительная динамика развития отношений, игр. Ребята стали стараться поддерживать друг друга и ценить дружеские отношения, понимать причину эмоционального состояния других людей, внимательно выслушивать собеседника. Бескорыстно предлагали свою помощь, были настойчивы при выполнении начатого дела. Снизилась конфликтность в группе.

Дети и родители активнее стали принимать участие в жизни группы, детского сада. Об этом свидетельствуют многочисленные грамоты и благодарственные письма различного уровня. Даже ранее застенчивые и неуверенные в себе воспитанники проявляли активность и инициативность.

Адаптация ребят в первом классе при поступлении в школу прошла успешно. Об этом свидетельствовали беседы с классным руководителем и психологом школы.

Повысилась компетентность родителей в вопросе о важности развития эмоциональной сферы дошкольников и взрослых людей.

Эффективность работы по развитию эмоционального интеллекта дошкольников подтверждается стабильными позитивными результатами.

На сегодняшний день убедительно доказана центральная роль эмоциональной уравновешенности в успешности школьного обучения, а развитие эмоциональной сферы ребенка признано главным элементом понятия «психологическая готовность к школе».

Результаты работы по теме исследования, анализ научной литературы убедительно доказывают, что начинать воспитание и развитие эмоционального интеллекта следует уже в самом раннем возрасте. Так как от уровня его развития во многом зависит продуктивное общение, познание социальных явлений, интеллектуальная активность, а также повышение стрессоустойчивости подрастающего человека. Это лучший путь к личностному росту ребёнка и профилактике отклонений в развитии. Поэтому эмоциональный интеллект можно считать одним из условий успешной социализации дошкольника.

В перспективе – продолжение работы по разработке наиболее эффективных мероприятий, направленных на развитие эмоционального интеллекта дошкольников, составление программы, внедрение новых форм взаимодействия с родителями и воспитателями.

**Литература:**

* + Балакирева Т.С. Эмоции и дети – комплексные занятия педагога-психолога // Дошкольное воспитание. 2005.
  + Выготский Л.С. Эмоции и их развитие в детском возрасте // Собр. соч., т. 2. – М., 1982.
  + Галигузова Л.Н. Искусство общения с ребенком от года до шести лет / Л.Н.Галигузова, Е.О.Смирнова. - М.: АРКТИ, 2004.
  + ДанТ.А. В мире детских эмоций: Пособие для практических работников ДОУ, – М.: Айрис-пресс, 2004.илина
  + Загвоздкин В.К. Эмоциональный интеллект и его развитие в условиях семейного воспитания// Управление ДОУ. 2008. № 4.
  + Изард К.Э. Психология эмоций / К.Э.Изард. Перевед. с английского. - СПб.: Питер, 2008.
  + Костина Л.М. Игровая терапия с тревожными детьми. – СПб.: Речь, 2001.
  + Котова Е.В. В мире друзей: Программа эмоционально-личностного развития детей. – М.: ТЦ СФЕРА, 2007.
  + Леонтьев А. Н., Запорожец А. В. Вопросы психологии ребёнка дошкольного возраста. – М.: Международный образовательный и психологически колледж, 1995.
  + Лидак Л. Сюжетно-ролевые игры в развитии навыков общения ребенка со сверстниками // Дошкольное воспитание, № 7, 1990.
  + Минаева В.М. Развитие эмоций дошкольников. Занятия. Игры. Пособие для практических работников дошкольных учреждений. – М.: АРКТИ, 2001.
  + Орме Г. Эмоциональное мышление как инструмент достижения успеха. - М., 2003.
  + Репина Т. А. Отношения между сверстниками в группе детского сада. – М., Педагогика, 1990.
  + <http://festival.1september.ru/>
  + <http://www.zhyvoedelo.com/>
  + http://www.vseodetishkax.ru/