Особенности развития эмоционального интеллекта у старших дошкольников.

Развитие эмоционального интеллекта приобретает особую значимость в старшем дошкольном возрасте, поскольку именно в этот период происходит активное становление эмоциональной сферы, формируется самосознание, развиваются способности к рефлексии и децентрации — умению встать на позицию партнёра по общению, учитывать его чувства и потребности. Важно подчеркнуть, что полноценное развитие интеллекта невозможно без гармоничного эмоционального развития: бедность эмоций может вести к пассивности мыслительных процессов.

Понимание собственных эмоций, умение их выражать и контролировать — важнейшие задачи развития ребёнка-дошкольника. Передача и интерпретация эмоций требует от ребёнка определённого уровня когнитивного и личностного развития. Эмоции влияют на все стороны личности, определяя не только активность, но и особенности взаимодействия с окружающим миром. С раннего возраста происходит так называемое «воспитание чувств»: эмоциональные переживания становятся более устойчивыми и осмысленными. Дошкольник воспринимает мир конкретно и наглядно, многие привычные взрослым вещи могут производить на него глубокое эмоциональное впечатление.

В жизни старшего дошкольника чувства играют фундаментальную роль. В этот период дети начинают интересоваться внешним миром, их эмоциональные реакции становятся глубже и сложнее, появляются простейшие моральные переживания, формируются интеллектуальные чувства, развиваются любознательность и эмпатия. Дети легко распознают радость, восхищение, веселье, но им сложнее идентифицировать более тонкие эмоциональные состояния — грусть, страх, удивление. Основное внимание они уделяют выражению лица, реже — позе или жестам.

Источником эмоциональных переживаний становятся события и предметы, имеющие для ребёнка личностное значение. Важнейшую роль играют отношения с окружающими: ребёнок чутко реагирует на ласку и несправедливость, с благодарностью воспринимает добро и отвечает на него соответствующими эмоциями. Восприятие сказок и театральных постановок происходит с полной вовлечённостью — герои становятся объектами сопереживания, и ребёнок может эмоционально «вмешиваться» в события. Мир ребёнка в старшем дошкольном возрасте выходит за пределы семьи. Существенное значение приобретают сверстники и друзья. В условиях детского коллектива ребёнок переживает целый спектр межличностных отношений: дружба, конфликты, ревность, сочувствие. Эти ситуации насыщены эмоциями, и хотя взрослые могут не придавать им значения, для ребёнка они имеют глубокий личностный резонанс.

Эмоциональные реакции дошкольников, как правило, импульсивны, быстро вспыхивают и столь же быстро угасают. Переживания выражаются ярко и открыто. Ребёнок не умеет скрывать эмоции, он ещё не владеет навыками их осознанного регулирования. Эмоциональное благополучие формируется при условии, если ребёнка окружают ласка, внимание и уважительное отношение. Тогда он ощущает защищённость и уверенность, что способствует гармоничному развитию личности.

Чувства, возникающие по отношению к людям, легко переносятся на персонажей сказок и рассказов. Ребёнок сочувствует любимым героям, старается осмыслить их поведение и чувства. Эмоциональные переживания становятся мостом между миром вымысла и реальностью. Они могут также быть направлены на неодушевлённые объекты — сломанный цветок, злосчастный камень и т.д. Одно из ярко выраженных эмоциональных состояний в этом возрасте — страх. Он может быть вызван не только неправильным воспитанием и внушениями взрослых, но и встречей с неизвестным, неожиданным. Закрытые лица, маски, шум или темнота — всё это способно вызвать у ребёнка тревогу. Поддержание эмоционального равновесия требует соблюдения режима дня, полноценного отдыха, а также включения в жизнь ребёнка радостных и вдохновляющих событий.

Положительные эмоции оказывают мобилизующее и оздоравливающее воздействие. Воспитатели должны стремиться к созданию эмоционально благоприятной атмосферы, в которой ребёнок чувствует себя полноправным, значимым, услышанным. Уважение к ребёнку, диалог с ним, признание его как личности — ключ к формированию внутренней устойчивости и чувства собственного достоинства. Прогулки, музыка, посещение театров и музеев, чтение книг — все эти формы деятельности наполняют эмоциональный мир ребёнка смыслом и переживаниями.

Как писал Н.М. Щелованов: «Эмоции не только составляют наиболее ценное психологическое содержание жизни ребёнка, но и имеют важное физиологическое значение в жизнедеятельности организма» [20]. Эмоции, пережитые в детстве, остаются в подсознании, формируют характер и влияют на жизненные установки взрослого. Именно из них вырастают добрые и злые, открытые и замкнутые, уверенные и тревожные личности.

Поэтому крайне важно с детства учить ребёнка управлять своими чувствами: побеждать страх, контролировать гнев, радоваться, сопереживать, гордиться. В этом — основа не только личностного благополучия, но и социальной зрелости.

В заключение можно сделать вывод: в педагогической практике дошкольного учреждения необходима целенаправленная работа по развитию эмоционального интеллекта. Педагог должен создавать атмосферу уважения и доверия, помогать детям осознавать и выражать эмоции, учить их управлять своими чувствами. Именно в этом — основа формирования зрелой, эмоционально развитой личности.