

МІНІСТЕРСТВО ОСВІТИ І НАУКИ УКРАЇНИ
КРИВОРІЗЬКИЙ ДЕРЖАВНИЙ ПЕДАГОГІЧНИЙ УНІВЕРСИТЕТ
Кафедра практичної психології

«Допущено до захисту»

Завідувач кафедри

_____ Мірошник З. М. Реєстраційний № _____
_____ 2022р. «__» _____ 2022р.

ПСИХОЛОГО-ПЕДАГОГІЧНІ ЗАСОБИ ФОРМУВАННЯ ЕМОЦІЙНОГО
ІНТЕЛЕКТУ У СТАРШОМУ ДОШКІЛЬНОМУ ВІЦІ

Кваліфікаційна робота з психології

студентки групи ЗППм-17
ступінь вищої освіти магістр
спеціальності 053 Психологія
Подберезної-Мальованої
Світлани Миколаївни
Науковий керівник:
кандидат психологічних наук
Сошина Ю.М.

Оцінка:

Національна шкала _____

Шкала ECTS _____ Кількість балів _____

Голова ЕК _____

Члени ЕК _____

Кривий Ріг 2022р.

ЗАПЕВНЕННЯ

Я, Подберезна-Мальована Світлана Миколаївна, розумію і підтримую політику державного педагогічного університету з академічної доброчесності. Запевняю, що ця кваліфікаційна робота виконана самостійно і не містить академічного плагіату, фабрикації, фальсифікації. Я не надавала і не одержувала недозволену допомогу під час підготовки цієї роботи. Використання ідей, результатів і текстів інших авторів мають покликання на певне джерело.

Із чинним положенням про запобігання та виявлення академічного плагіату в роботах здобувачів вищої освіти Криворізького державного педагогічного університету ознайомена. Чітко усвідомлюю, що в разі виявлення у кваліфікаційній роботі порушення академічної доброчесності робота не допускається до захисту або оцінюється незадовільно

ПЛАН

ВСТУП...	4
РОЗДІЛ 1. ТЕОРЕТИЧНІ ЗАСАДИ ДОСЛІДЖЕННЯ ЕМОЦІЙНОГО ІНТЕЛЕКТУ У ДІТЕЙ СТАРШОГО ДОШКІЛЬНОГО ВІКУ...	7
1.1. Сутнісні характеристики емоційного інтелекту	7
1.2. Передумови розвитку емоційного інтелекту у старших дошкільників.....	14
1.3. Емоційний інтелект та його складові у дітей старшого дошкільного віку	19
Висновки до 1 розділу	27
РОЗДІЛ 2. ЕКСПЕРИМЕНТАЛЬНЕ ДОСЛІДЖЕННЯ ПСИХОЛОГО-ПЕДАГОГІЧНИХ УМОВ РОЗВИТКУ ЕМОЦІЙНОГО ІНТЕЛЕКТУ У ДІТЕЙ СТАРШОГО ДОШКІЛЬНОГО ВІКУ...	30
2.1. Характеристика вибірки та організація дослідження.....	30
2.2. Результати емпіричного дослідження емоційного інтелекту у дітей дошкільного віку	33
Висновки до 2 розділу	44
РОЗДІЛ 3. КОРЕКЦІЙНО-РОЗВИВАЛЬНА ПРОГРАМА З РОЗВИТКУ ЕМОЦІЙНОГО ІНТЕЛЕКТУ У ДІТЕЙ СТАРШОГО ДОШКІЛЬНОГО ВІКУ...	46
3.1. Обґрунтування змісту і методів формувального етапу дослідження.....	46
3.2. Процедура та результати апробації розвивальної програми.....	54
Висновки до 3 розділу	61
ВИСНОВКИ.....	63
СПИСОК ВИКОРИСТАНИХ ДЖЕРЕЛ.....	66
ДОДАТКИ.....	71

ВСТУП

Актуальність роботи. Одним із основних завдань особистісно-орієнтованого навчання і виховання як оновленої парадигми освіти є формування у дітей емоційної компетентності, що забезпечує успішність спілкування та соціальної взаємодії. Актуальність зазначеного посилюється суспільними потребами, пов'язаними зі збереженням психічного здоров'я дітей. У цьому контексті принципово значущу роль відіграє емоційний інтелект, розвиток якого сприяє емоційному благополуччю дітей. Натомість ще й досі проблема розвитку емоційного інтелекту особистості є однією з малодосліджених, особливо це стосується дітей.

Оволодіння особистістю загальнолюдськими цінностями, способами оптимальної комунікації з іншими неможливе тільки на рівні усвідомлення, оскільки цей процес передбачає також і емоційні переживання різного спектру. З огляду на це, на сучасному етапі розвитку педагогічної науки суттєвого значення набуває проблема емоційної культури, емоційного розвитку та інтелекту. Актуальність розробки й вирішення даної проблеми визначається також і тим, що вивчення та аналіз освітянської практики засвідчує наявність суперечностей між інтелектуальним та емоційним розвитком особистості, рівнем знань та емоційним сприйняттям дітей. Нерідко інтелектуальне випереджає емоційне, хоча психологами та педагогами відмічено, що емоційні процеси займають одне з важливих місць у формуванні особистості дитини, а емоційний розвиток є складовою частиною емоційного інтелекту особистості.

Актуальність проблеми, її недостатня теоретична та експериментальна розробка зумовили вибір теми наукової роботи: **«Психолого-педагогічні засоби формування емоційного інтелекту у старшому дошкільному віці»**.

Мета дослідження: теоретично обґрунтувати та емпірично перевірити психолого-педагогічні засоби розвитку емоційного інтелекту в дітей старшого дошкільного віку.

Завдання дослідження:

1. Здійснити теоретичний аналіз психолого-педагогічної літератури з проблеми розвитку емоційного інтелекту.
2. Розкрити чинники та засоби розвитку емоційного інтелекту в старших дошкільників.
3. Визначити особливості емоційного інтелекту старших дошкільників.
4. Обґрунтувати психолого-педагогічні засоби розвитку емоційного інтелекту в дітей старшого дошкільного віку в умовах закладу дошкільної освіти та розробити корекційну-розвивальну програму.

Об'єкт дослідження: емоційна сфера дітей старшого дошкільного віку.

Предмет дослідження: психолого-педагогічні умови розвитку емоційного інтелекту в ігровій діяльності в дітей старшого дошкільного віку.

Гіпотеза дослідження. Розвиток емоційного інтелекту у дітей старшого дошкільного віку залежить від навчання, виховання, соціального середовища та індивідуальних можливостей розвитку, а також від сформованих навичок спілкування, здатності до емпатії, самомотивації, керування своїми емоціями.

Методи і методики дослідження:

- теоретичні: теоретичний аналіз наукової літератури (для поглибленого ознайомлення зі станом дослідження проблеми, аналізу різних підходів у розумінні поняття «емоційного інтелекту»);
- емпіричні: проєктивні методики «Домальовування: світ речей – світ людей – світ емоцій», «Три бажання», «Що? Чому? Як?» (М. Нгуен, 2008); опитувальник Г. Холла на «Визначення рівня емоційного інтелекту»; Графічну методику «Кактус» М. О. Панфілової; Діагностична методика «Емоційна ідентифікація» О. Ізотової; Тест тривожності Р.Теммл, М. Дорки, В.Амен. Методика «Вибери потрібне обличчя».
- математико-статистичні: методи описової статистики, U-критерій Манна-Уїтні, однофакторний дисперсійний аналіз, T-критерій Вілкоксона (для обробки одержаних емпіричних даних, їх систематизації наочної демонстрації). Статистичне опрацювання даних здійснювалося за допомогою стандартних

пакетів програми MS Excel.

Практичне значення одержаних результатів дослідження. Теоретичні положення кваліфікаційної роботи можуть бути використані студентами спеціальності «Дошкільна освіта» у підготовці до семінарських занять з навчальної дисципліни «Дитяча психологія», а також педагогічної практики в закладах дошкільної освіти. Розроблені ігрові заняття можуть використовуватись у роботі психологами та педагогами закладів дошкільної освіти.

Апробація результатів дослідження: 1th International scientific and practical conference “Eurasian scientific discussions”, November 21-23, 2022; публікація у збірнику доповідей, місто Барселона, Іспанія.

Організація і база дослідження. Гімназія №27 Кам'янської міської ради дошкільне відділення «Веселий вулик», старша група (70 дітей, 4 вихователі та 137 батьків).

Структура роботи. Кваліфікаційна робота складається зі вступу, трьох розділів, висновків, списку літератури, який налічує 67 джерел, вміщує 11 додатків, ілюстрована 3 рисунками та 3 таблицями. Загальний обсяг роботи – 107 сторінок. Основний зміст роботи викладено на 70 сторінках.

РОЗДІЛ 1. ТЕОРЕТИЧНІ ЗАСАДИ ДОСЛІДЖЕННЯ ЕМОЦІЙНОГО ІНТЕЛЕКТУ У ДІТЕЙ СТАРШОГО ДОШКІЛЬНОГО ВІКУ

1.1. Сутнісні характеристики емоційного інтелекту

Поняття «емоційний інтелект» з'явилося у перебігу в психологічній літературі, з виходом у світ відомої монографії Говарда Гарднера “Frames of mind” у 1983 р. [13]. В ній фактично вперше було обгрунтовано необхідність переглянути тлумачення поняття інтелект, що вимірювалось за допомогою коефіцієнту інтелектуального розвитку IQ, розширивши його.

Г. Гарднер висловив припущення, що існує не один єдиний тип інтелекту, який впливає певним чином на успіх життєдіяльності людини, а скоріше достатньо широкий спектр підвидів інтелекту з сімома основними варіантами цих підвидів. Запропонований ним перелік підвидів інтелекту включав: вербальний, логіко-математичний, просторовий, кінестетичний, музичний та емоційний види інтелекту.

Останній тип інтелекту Г. Гарднер розділив ще на два підвиди: внутрішньо-особистісний і міжособистісний. Міжособистісний інтелект раніше вже фігурував у психологічній літературі під назвою соціального інтелекту, або соціальної компетентності. Він характеризує вміння людини взаємодіяти з іншими людьми. Внутрішньо-особистісний інтелект передбачає вміння людини самореалізуватись у житті, мотивувати себе на активну діяльність, досягнення успіху. Г. Гарднер запропонував вживати термін «множинність» виявлення інтелекту як такий, що більш адекватно описує поняття єдиного інтелекту, яке існувало раніше.

В сучасному суспільстві проблема компетентності в розумінні і вираженні емоцій стає досить актуальною, оскільки культ раціонального відношення до

життя набуває все більшу кількість прихильників, що заперечує психофізіологічні та соціальні особливості і потреби людини. Багато дослідників підкреслювали соціальний сенс емоцій, відмічаючи те, що суспільство, піклуючись про ідеалізування розуму, допускає помилки, бо людина більш людина в тому, що вона відчуває, ніж в тому як вона думає. Відомо, що заборона на емоції призводить до їх витіснення із свідомості; в свою чергу неможливість психологічно опрацювати емоцію може породжувати різноманітні негативні наслідки, починаючи від психосоматичних розладів і закінчуючи девіантною поведінкою, оскільки емоційні проблеми з особливою силою проявляються у людей із зниженим рівнем самоконтролю [3, с.78].

На думку Т. Котик «почуття, які виникають під час емоційних взаємодій та різних видів діяльності можуть викликати різні емоційні стани. Так, радість, триумф, впевненість, злість та страх посилюють мотивацію та активність людини, спонукають до дії, а страждання, зневіра – пригнічують, послаблюють мотивацію та активність. Тобто, можна зробити висновок, що емоції – це мотиватори діяльності. Натомість і сама діяльність впливає на виникнення емоційних процесів. Від емоцій напряму залежить настрій людини, а саме стійкий емоційний стан відбивається на всіх думках та діях людини. Емоційний стан – непостійне психічне явище, воно має особливість змінюватися від негативного до позитивного та навпаки. Причини цих змін не завжди усвідомлені людиною. До факторів змін настрою можна віднести: фізичне та моральне самопочуття, стан навколишнього середовища, пригадування пережитих негативних або позитивних почуттів, конфліктні ситуації, реалізація або неможливість реалізації певної потреби, соціальне середовище. А покращити емоційний стан та поліпшити настрій спроможні повноцінний сон, відпочинок, перебування та прогулянки на чистому повітрі, дружелюбні стосунки з людьми та знаходження свого ресурсу. Емоції завжди суб'єктивні, оскільки ми їх осмислюємо, усвідомлюємо та переживаємо, а отже вони відображають суб'єктивне ставлення людини до того, що перешкоджує або задовільняє особисті актуальні потреби. Головна функція емоцій – оцінювати дійсність.

Таким чином, емоції займають та охоплюють життєдіяльність людини та відіграють значну роль у здійсненні всіх видів діяльності, впливають на мотивацію, регулюють міжособистісні відносини та є надзвичайно важливими для ефективної пізнавальної, професійної, творчої діяльності» [41, с.54].

Дослідження емоційного інтелекту розпочалося не так давно: перші наукові розвідки сягають початку 1990-х рр. На початковому етапі дослідження поняття «емоційний інтелект» вживали як синонім поняття «інтелект соціальний» [43, с.30]. Власне, воно й виникло у процесі розробки проблематики соціального інтелекту Г.Гарднером як здатності вживатися/сходитися з іншими людьми, уміння ставити себе на місце іншого, критично оцінювати почуття, настрої іншої людини, мотивацію її вчинків тощо [35, с.88].

Аналіз етимології термінів «соціальний» та «емоційний» інтелект здійснений Д. Стайном, дозволяє трактувати останній як здатність досприйняття власних почуттів і почуттів інших людей. До його складу вчений відносить: самосвідомість – вміння бути в контакті з самим собою, знати, що відчуваєш і що ці почуття означають; управління емоціями – здатність заздалегідь визначити свою реакцію на майбутню подію, вміти знаходити позитивні шляхи для подолання негативних почуттів; сприйнятливність – уважність і підвищена чутливість до емоцій і настроїв інших; позитивні взаємовідносини – це соціальні навички, які дозволяють оминати конфліктні ситуації, підтримувати теплі стосунки з оточуючими, знаходити рівновагу для підтримки спілкування [64, с.32].

П. Саловей, Дж. Мейер і Д. Гоулман визначають емоційний інтелект (EQ) як спроможність розуміти роль та значення власних емоцій і застосовувати ці знання з метою усвідомлення витоків виникнення проблем та їх вирішення [20, с.42]. У вітчизняній педагогіці та психології емоційний інтелект став об'єктом досліджень у працях Л. Виготського, В. Давидова, О. Леонтьєва, С. Рубінштейна та ін. на основі поняття про єдність афекту та інтелекту [63, с.13].

У свої працях М. Шпак визначає емоційний інтелект як інтегративну особистісну властивість, яка зумовлюється динамічною єдністю афекту та

інтелекту через взаємодію емоційних, когнітивних, поведінкових та мотиваційних особливостей і спрямована на розуміння власних емоцій та емоційних переживань інших, забезпечує управління емоційним станом, підпорядкування емоцій розуму, сприяє самопізнанню та самореалізації через збагачення емоційного та соціального досвіду [73, с.28].

О. Запорожець вважає, що виникнення нових емоцій в дошкільному віці, перш за все пов'язано зі зміною змісту та структури діяльності дитини. Спочатку дитина наслідує дорослого, який виховує в ньому естетичне почуття. Дорослий акцентує увагу дитини на естетичну сторону предмета або явища: «Подивися, як красиво» і т.п. В період дошкільного дитинства дитина швидко навчається розрізняти гарне і погане і починає ділитися спостереженнями з дорослими. Дитина радіє квітам, гарному одязі, красивій іграшці [31, с.11].

У роботах О. Леонтьєва, С. Рубінштейна, Г. Ципіна та інших вчених відзначається, що діяльність дитини обумовлена емоційними переживаннями, які впливають на його подальший розвиток. Заняття і дидактичні ігри сприяють розвитку інтелектуальних емоцій таких як: здивування, цікавість, впевненість або сумніви в своїх судженнях.

Аналіз наукових джерел дозволяє виділити такі функції емоційного інтелекту: стресозахисну, адаптивну, рефлексивну та регулятивну [28, с. 86]. Щодо структури емоційного інтелекту, то її розуміють по-різному. Наприклад, Г. Гарднер у своїй концепції емоційного інтелекту виокремлює два його компоненти: внутрішньо-особистісний (спрямований на власні емоції; його утворюють: самосвідомість, самоконтроль, мотивація досягнень, самооцінка, рефлексія) та міжособистісний (спрямований на емоції інших; його компонентами є емпатія, комунікабельність, діалогічність, конгруентність, толерантність тощо) [19, с.27].

В запропонованій Дж. Мейером і П. Саловеєм моделі здібностей [35, с.11], що є своєрідним продовженням концепції емоційного інтелекту Г.Гарднера, виокремлено п'ять основних здібностей, властивих людині з розвиненим емоційним інтелектом:

1. Розуміння власних емоцій. Ця властивість є головною в емоційному інтелекті, оскільки здатність управляти власними емоціями, контролювати їх прояви починається тоді, коли дитина зрозуміє витoki цих переживань, їх характер і силу. Спроможність усвідомити власні справжні емоції та їхнє походження дає можливість краще впоратись з ними;

2. Регулювання емоцій. Можливість керувати своїми переживаннями ґрунтується на їх саморозумінні. Регулювання власних почуттів проявляється у вигляді зусиль, що спрямовані на самозаспокоєння, відновлення рівноваги, зниження внутрішнього суму та переживань. Люди, які не здатні до такого, часто знаходяться у стані дистресу та невдалих спроб розвіяти сум і роздратованість;

3. Здатність мотивувати себе до діяльності реалізується у спробах людини скерувати свої емоції на досягнення мети, на нову діяльність. Важливою умовою цієї здібності є самоконтроль, що реалізується як уміння відтермінувати отримання миттєвого задоволення заради досягнення віддаленої більш значущої мети. Ця здатність є важливою передумовою подальшої успішної діяльності людини;

4. Виявлення та усвідомлення емоцій інших людей. Ця здатність реалізується у вигляді розпізнавання емпатії [32, с.36];

5. Здатність підтримувати гарні відносини з іншими людьми – цінне суспільне вміння, що виявляється у здатності людини справлятися з емоціями, які виникають у спілкуванні з іншими. У працях Г.Гарднера, Е.Торндайка та Р. Стернберга ця здатність називається «соціальним інтелектом», і є передумовою популярності людини, її лідерських навичок, ефективності у взаємодії з іншими [68, с. 61].

Кожний виділений компонент вміщує в себе когнітивні здібності, спрямовані не тільки на розуміння власної емоційної сфери, але й на розуміння емоцій інших людей. У змішаній моделі емоційного інтелекту, запропонованій М. Бароном, визначено п'ять його компонентів [70, с.69]: самопізнання

(усвідомлення власних емоцій, самоповага, самореалізація); навички міжособистісного спілкування (емпатія, взаєморозуміння, соціальна відповідальність); адаптаційні здібності (вміння вирішувати проблеми, оцінювати ситуацію, пристосовуватися до нових умов); управління стресовими ситуаціями (стресостійкість, контроль за імпульсивними спалахами); домінування позитивного настрою (відчуття щастя, оптимізм) [74, с.188].

Аналіз авторських концепцій емоційного інтелекту свідчить про те, що його структурні компоненти співвідносяться з певною групою здібностей: когнітивних, емоційних, особистісних, соціальних [75, с.3]. Відтак у структурі емоційного інтелекту можна виділити такі компоненти:

- раціональний (гностичний) – система знань про сутність емоційних явищ, структуру емоційної сфери, функції та особливості прояву емоцій і почуттів; загальнокультурна компетентність; творче мислення, дає можливість розглядати емоційний інтелект як різновид соціальної творчості;
- емоційний – емоційне самопочуття; уміння розуміти власні емоції та почуття, емоційні стани інших людей, адекватно проявляти емпатію, інтерес до іншого; перцептивно-рефлексивні уміння; психоемоційні стани, адекватні вимогам навчальної, професійної чи іншої діяльності;
- конативний – емоційна саморегуляція поведінки, діяльності; уміння керувати ситуацією міжособистісної взаємодії, володіння конструктивними стратегіями поведінки у ситуації конфлікту тощо;
- комунікативний – гуманістична установка на спілкування, готовність вступати в діалогічні взаємини; знання про стилі спілкування, особливості власного комунікативного стилю; культура мовлення [75, с.4].

У наш час немає єдиного погляду на можливості розвитку емоційного інтелекту. Низка вчених (Дж. Майер, П. Саловей) вважають, що підвищити рівень емоційного інтелекту неможливо, оскільки це відносно стійка властивість людини [22, с.96]. Їхні опоненти, наприклад Д. Гоулман, стверджують, що емоційний інтелект сприяє особистісному зростанню, ефективній професійної діяльності, успішній кар'єрі та що його можна

розвивати у будь-якому віці, починаючи з дитинства, та вдосконалювати у більш зрілому [20, с.16].

Як підсумок вищезазначеного, слід наголосити, що емоційний інтелект можна та необхідно розвивати шляхом впровадження в освітній процес психолого-педагогічних технологій цілеспрямованого формування емоційної компетентності, проведення систематичної просвітницької та корекційно-розвивальної роботи.

Наслідки емоційної неосвіченості виявляються у значному збільшенні міжособистісних конфліктів, випадків агресії, жорстокості, насильства та ін. Тому, як справедливо зазначає І. Андреева, розвиток емоційного інтелекту – важливий чинник підвищення психологічної культури суспільства в цілому [7, с.20].

Отже, емоційний інтелект дитини старшого дошкільного віку – інтегральна здатність орієнтуватися, розрізняти та виражати емоції, її готовність орієнтуватися на іншого, враховувати його емоційний стан у міжособистісній взаємодії, власних діях.

На основі здійсненого теоретичного аналізу «емоційний інтелект дітей дошкільного віку» ми можемо розуміти як здатність дитини до розрізнення різних емоційних станів (власних та співрозмовників), індикаторами якої є: яскравість вираження емоцій дитини, вміння відчувати позитивні та негативні емоції співрозмовника (незалежно від статті та віку), спроможність дитини до співчуття або емпатії. Емоційний інтелект дозволяє дитині адекватно й ефективно поводитися по відношенню до людей, завдань, ситуацій регулювати інтенсивність емоційних проявів.

Аналізуючи теоретичні основи ми дійшли до висновку, що емоції охоплюють всі сфери життя людини. Від емоцій та почуттів залежить емоційний стан та настрої, а також діяльність яку виконує особистість. Тому важливо розуміти та усвідомлювати свої емоції та емоції інших. Розглядаючи сутність поняття емоційний інтелект, ми вияснили, що дане поняття можна трактувати як сукупність здібностей людини правильно усвідомлювати свої емоції та розуміти

чужі емоції, керувати емоціями і регулювати емоції інших людей у відповідності до ситуації для вирішення певних задач. Також варто відмітити, що в структурі емоційного інтелекту входять такі поняття як емпатія, відповідальність, самосвідомість, самодисципліна, соціальні навички та інші.

Таким чином, роблячи певні висновки, треба зазначити, що емоційний інтелект є дійсно дуже важливою інтегральною характеристикою особистості, яка реалізується в її здібностях розуміти емоції, узагальнювати їх зміст, виокремлювати емоційний підтекст у міжособистісних відносинах, регулювати емоції таким чином, щоб сприяти за допомогою позитивних емоцій успішній когнітивній пізнавальній діяльності та долати негативні емоції, які заважають спілкуванню чи загрожують досягненню індивідуального успіху.

Можна погодитись, що дослідники стоять ще на початку шляху вивчення цього психологічного феномену, і наступні роки повинні принести додаткові наукові результати, які стануть внеском в наше розуміння цього важливого особистісного конструкта та його ролі у життєдіяльності людини.

1.2. Передумови розвитку емоційного інтелекту у старших дошкільників

Визначивши сутність поняття емоційного інтелекту дітей дошкільного віку, схарактеризуємо провідні особливості розвитку емоційного інтелекту дітей старшого дошкільного віку, які, у першу чергу, пов'язані з особливостями становлення емоційної сфери загалом.

Повідною особливістю поданого вікового етапу є бурхливий розвиток емоційної сфери (О. Кононко, Г. Костюк, С. Максименко):

- відбувається розширення емоційного досвіду дитини через збільшення соціальних контактів, натомість емоції ще носять ситуативний характер;
- розширюється спектр емоцій, що є зрозумілими для підростаючої особистості (радість, задоволення, сум, гнів, роздратування, занепокоєння тощо) та дитина вже може «зчитувати» їх з інших;
- більшість власних емоцій старший дошкільник уміє вербалізувати, з

іншого боку – характеристика власного емоційного стану є доволі лаконічною;

- поступово формується здатність до емоційної децентралізації, що виявляється у врахуванні емоційного стану іншого під час моделювання власної поведінки, натомість, така здатність ще не є досконалою та у більшості випадків, старший дошкільник поводить себе здебільшого егоїстично, тобто орієнтується на власні бажання та потреби;

- більшість пізнавальних процесів так чи інакше залежать від емоційного стану старшого дошкільника;

- формуються первинні рефлексивні уміння.

Питання сензитивного періоду для розвитку емоційного інтелекту залишається дискусійним. Проте більшість дослідників вважає таким періодом дитинство (І. Андрєєва, О. Власова, Д. Гоулман і ін.) [3, с.79].

У дошкільному віці починає закладатися здатність до емоційної децентралізації, що передуює інтелектуальній, становлення якої відбувається у старшому дошкільному віці [4, с.25]. Цей факт має важливе значення для соціальної взаємодії, адже спроможність дитини відволікатись від власних емоційних переживань і сприймати емоційний стан іншої людини, забезпечує успішність її взаємодії з іншими. Поряд із розвитком уміння розпізнавати та розуміти емоції у старшому дошкільному віці відбувається становлення довільної регуляції емоцій та поведінки. На думку Л. Божович [10, с.75], довільність є психологічним новоутворенням, яке виникає у процесі розвитку афективно-потребнісної сфери, і забезпечує готовність дитини до школи.

Психологічні особливості розвитку емоційного інтелекту в дітей старшого дошкільного віку досліджував М. Нгуен [51, с.84]. Учений стверджує, що готовність дитини орієнтуватися на іншу людину і враховувати її емоційний стан у своїй діяльності та спілкуванні є найважливішим емоційним новоутворенням, яке відображає рівень розвитку і формування емоційного інтелекту старших дошкільників. М. Нгуен встановив, що до структури емоційного інтелекту дітей старшого дошкільного віку входить три компоненти: спрямованість уваги дитини на світ людей і світ емоцій; емоційна

орієнтація на іншого; готовність дитини враховувати емоційний стан іншого у своїй діяльності [52, с.47].

У дошкільному віці розширюється та збагачується емоційний досвід дитини, формується емоційне ставлення до себе, інших людей та навколишньої дійсності загалом, що відображається в особливостях емоційної поведінки дитини у процесі соціальної взаємодії та спілкування з іншими дітьми й дорослими.

Емоційний інтелект (далі – ЕІ) слід розглядати в контексті передумов, що впливають на його формування, а саме біологічних та соціальних.

До біологічних передумов розвитку ЕІ можна віднести рівень емоційного інтелекту батьків, правопівкульний тип мислення, спадкові задатки емоційної сприйнятливості, властивості темпераменту.

Сучасні дослідження виявили одну закономірність, пов'язану з *емоційним інтелектом батьків*: чим вищий рівень освіти батьків і матеріальне становище сім'ї, тим вищими є показники емоційного інтелекту у дитини. Проте в цій ситуації складно зрозуміти причинно-наслідкові зв'язки. Можливо, батьки стали заможними завдяки своїй вродженій емоційності і ці гени передали своїй дитині. Не виключено інший варіант: забезпечена і освічена родина більше приділяє уваги дитині, більш гуманно її виховує, що й спричиняє формування високого емоційного інтелекту.

За будь-яких підходів виховання в дитинстві – один з провідних факторів становлення емоційного інтелекту виступає увага батьків до емоційних переживань дитини, схильність до обговорення емоційних проблем, що сприяє кращому розумінню дитиною власних емоцій і розвитку в неї здатності до саморегуляції. В емоційно благополучних сім'ях складається особлива виховна стратегія, в основу якої покладена увага не стільки до поведінки і подій у житті дитини, скільки до її потреб і переживань.

Генетичний компонент емоційного інтелекту пов'язаний, насамперед, зі статтю. У дослідженнях Д.Гуастелло і С.Гуастелло виявлено значущу кореляцію між рівнем ЕІ дітей та їхніх матерів, тоді як кореляція між рівнем

ЕІ дітей та їхніх батьків – відсутня [3].

З одного боку, можливо, рівень емоційності батьків діє опосередковано: як «збагачене середовище», в якому дитина може набути необхідні для адаптації знання, навички і розвинути впевненість у своїй емоційній компетентності. З іншого боку, правомірне припущення, що ЕІ пов'язаний з функціональною асиметрією мозку, зокрема з *домінуванням правої півкулі*. Правопівкульний тип мислення пов'язаний з невербальним інтелектом, точним розпізнаванням емоційного забарвлення мови [12, с.62].

Люди з розвиненим невербальним інтелектом більш емоційно рухливі, краще розрізняють емоції та орієнтовані більшою мірою на інших, ніж на самих себе. Наприклад, встановлено, що «музиканти та вокалісти» більш адекватно сприймають емоційний стан людини за її голосом, а особи «художнього» типу – більш емпатійні, тривожні та володіють здатністю до правильного визначення виду емоційного контексту у звуковій мові [7, с.23].

Домінування правої півкулі виступає в якості певного спадкового задатку емоційної сприйнятливості, яка характеризує успішність адаптації емоційної реакції на стимул до обставин. Слабо розвинена емоційна сприйнятливність частково спадкова і передбачає незрілі почуття. Для осіб, у яких вона розвинена високо, характерне поєднання задоволення особистих потреб з інтересами суспільства [2, с.42]. Отже, емоційна сприйнятливність пов'язана з ефективним опрацюванням інформації, що стосується емоцій.

Властивості темпераменту можна віднести до вроджених задатків емоційної сприйнятливості. На думку А. Лібіна, і темперамент, і інтелект це характеристики інструментальної сфери індивідуальності, тільки темперамент характеризує її з боку активності, енергії, а інтелект – з боку можливостей суб'єкта, вміння розпорядитися цією енергією [42, с.13]. Від особливостей темпераменту залежать вибір людиною емоційних переживань певного характеру. Так, наприклад, екстраверти прагнуть виконувати твори, які спонукають до переживання радості, активності, й уникають переживань, пов'язаних з сумом. Інтроверти ж ігнорують музичні твори, що викликають

переживання гніву, активності і радості [42, с.18].

До соціальних передумов розвитку ЕІ можна віднести синтонність, саморегуляцію та самооцінку, рівень розвитку самосвідомості дитини, впевненість у своїй емоційній компетентності, емоційно благополучні відносини між батьками та ін [38, с.218].

Синтонність тлумачиться як «інстинктивне співзвуччя з оточенням». Синтонічна особистість мимоволі переживає ті самі емоції, які переживають люди, з якими вона перебуває в безпосередньому контакті [35, с.47]. Однак у міру становлення логічного, причинно-наслідкового мислення синтонність змінюється емпатією, яка є не стільки емоційне співзвуччя зі станом іншої людини, скільки його розпізнавання [35, с.43].

На ранніх етапах розвитку особистості формуються також і механізми саморегуляції. На особистісному рівні саморегуляція здійснюється за такими напрямками: смисловим, особистісних утворень і психічних станів. Саморегуляція психічних станів пов'язана безпосередньо з самоконтролем. Вся система особистісної саморегуляції базується на ступені розвиненості самосвідомості [37, с.70]. Іншими словами, рівень розвитку самосвідомості виступає передумовою управління власними емоціями.

Процеси самооцінки і саморегуляції лежать в основі впевненості у своїй емоційній компетентності (тобто в основі уявлень людини про те, чи може вона розуміти емоції, керувати ними і міжособистісною взаємодією). Цей феномен формується в ході соціального навчання.

Важливою передумовою ЕІ є *емоційно благополучні взаємини між батьками*. Відомо, що створення оптимальних умов для емоційного розвитку дитини залежить від характеру взаємовідносин у подружжі, від рівня задоволеності батьків сімейним життям. У дослідженні, проведеному в США, було виявлено, що люди, задоволені своїм сімейним життям, мають вищий рівень ЕІ, ніж не задоволені [41, с.58]. Ймовірно, батьки з високим рівнем ЕІ здатні створити гармонійні умови сімейних взаємин, що детермінують, своєю чергою, розвиток ЕІ їхніх дітей. У такій сім'ї її члени більш уважно ставляться

до переживань один одного і частіше обговорюють емоційні проблеми.

Схильність батьків до обговорення емоційних проблем сприяє кращому розумінню дитиною власних емоцій, розвитку у неї здатності до саморегуляції. Чим частіше матері обговорюють зі своїми дітьми різні емоційні стани, тим успішніше діти адаптуються до емоційних проявів незнайомих дорослих, досягнувши шестирічного віку.

Гендерні особливості виховання. Відмінності в соціалізації дівчат і хлопців продиктовані неусвідомленим прагненням батьків підготувати дітей до виконання відповідних гендерних ролей. Гендерні відмінності виявляються, наприклад, у проявах ЕІ у жінок проявляється переважно на рівні міжособистісних відносин, а у чоловіків – на внутрішньо-особистісному [42, с.17].

Отже, в основі біологічних передумов розвитку здібностей емоційного інтелекту лежать вроджені відмінності, що стосуються функціональної асиметрії мозку та властивостей темпераменту. Соціальні ж передумови розвитку емоційного інтелекту складаються, насамперед, у найближчому сімейному оточенні та визначаються характером відносин між подружжям, їх увагою до внутрішнього життя дитини та стратегією виховання, яка передбачає формування адекватної самооцінки і позитивного образу «Я», розвиток самоконтролю і здатності до зваженого аналізу емоційної інформації, відсутність жорсткої установки на відповідність поведінки дитини вимогам її гендерної ролі.

1.3 Емоційний інтелект та його складові у дітей старшого дошкільного віку

Емоційним інтелектом (EQ) називають здатність людини розуміти та керувати емоціями, які відчуває вона і ті, хто поруч. Люди, які вміють керувати своїми почуттями, показують кращі результати в роботі: їм простіше приймати рішення і брати на себе відповідальність. Уміння читати і аналізувати емоції допомагає налагоджувати контакт, колективну «атмосферу», створювати

сприятливі умови як собі так і оточуючим. Наприклад, якщо зуміти вчасно розпізнати ту чи іншу емоцію співробітника – можна вирішити проблему ще на етапі зародження.

Високий рівень емоційного інтелекту може стати в нагоді людям з високими кар'єрними амбіціями. Як мінімум для того, щоб контролювати свої емоції, які іноді не вчасно «б'ють через край».

Роздуми про емоційний інтелект йдуть досить давно: в античні часи давньогрецький філософ Платон звернув увагу на важливість емоцій у процесі навчання. На початку ХХ століття американський психолог і педагог Едвард Торндайк ввів поняття так званого соціального інтелекту як «здатність розуміти людей, чоловіків і жінок, хлопчиків і дівчаток, уміння поводитися з людьми і розумно діяти у відносинах з людьми». З 1960-х почалася систематизація знань Торндайка і його попередників. *Тоді ж з'явилося єдине поняття емоційного інтелекту (EQ)*. Чітких метрик для оцінки EQ (по аналогії з IQ) поки що немає. Але є певний набір характеристик особистості, який допомагає визначити приблизний рівень.

Основні складові емоційного інтелекту:

Самосвідомість. Її можна назвати фундаментом емоційного інтелекту. Це здатність людини усвідомлювати свої емоції, вміти аналізувати і правильно їх тлумачити. Важливо усвідомити свій емоційний стан.

Володіння собою. Уміння зберігати емоційний баланс, особливо в критичних ситуаціях. Володіти емоціями не означає пригнічувати їх у собі.

Важливо відчувати і усвідомити свій емоційний стан і діяти відповідно до нього.

Соціальна свідомість. Простими словами, це – вміння розуміти оточуючих людей. Допомогати їм з урахуванням їх емоційного стану.

Управління взаємовідносинами. Це здатність будувати контакти та взаємодіяти з оточуючими людьми, враховуючи емоційний стан не окремо взятої людини, а цілого колективу.

В даний час існує безліч тестів і характеристик для виявлення в собі того чи іншого рівня емоційного інтелекту. До рис людей з низьким рівнем

емоційного інтелекту відносять невпевненість у всіх проявах, зайву самокритичність і нездатність до комунікації з оточуючими. Розвинений емоційний інтелект може значно спростити життя.

У людей з високим рівнем емоційного інтелекту часто зустрічаються такі риси як самодисципліна, відповідальність, вміння пристосовуватися до навколишнього середовища. Поза сумнівом, важливо розвивати рівень свого емоційного інтелекту. Це може значно спростити життя і допомогти просуванню по кар'єрних сходах. Про те, як можна розвинути EQ, читайте в наступному матеріалі. Емоційний інтелект розвивається впродовж життя людини під впливом біологічних передумов та педагогічних чинників.

До педагогічних чинників, які сприяють розвитку емоційного інтелекту дошкільників, можемо віднести: емоційність педагога; атмосферу емоційного комфорту; емоційне спілкування в освітньому середовищі; партнерські взаємини, взаємодію дітей (перевага парних, групових форм роботи); діяльність, що приносить успіх, радість, емоції; активні, рухливі форми організації навчальної і виховної діяльності, які викликають емоції, переживання (ігри, прогулянки, конкурси, ранкові зустрічі, свята, розваги); емоційність змісту матеріалу, що вивчається; наочність, яка збуджує почуття, емоції (персонажі мультфільмів, фільмів, казок), викликає яскраві образи; мультимедійні засоби; комплекс вправ, завдань, які допомагають виявляти, розуміти, контролювати власні емоції та емоції інших. Зупинимось детальніше на кожному з чинників.

Емоційність педагога. Вихователь закладу дошкільної освіти встановлює емоційний контакт з групою, налаштовує вихованців на позитивний настрій, надихає на виконання освітніх завдань, робить їх цікавими, захоплюючими для дітей. Вплив на емоційну сферу залежить від уміння вихователя захоплено, емоційно подавати новий матеріал, читати художній твір, передаючи всю гамму описаних почуттів, від володіння широким спектром невербальних інструментів (жести, міміка, погляд). Як зазначав В. Сухомлинський: «Вчитель повинен уміти створити в учнів внутрішній стан емоційного піднесення, інтелектуального натхнення, бо без цього заняття спричинятимуть тільки

байдужість, а нечутлива розумова праця приносить втому» [44, с.40]. Але недостатньо лише самому передавати емоції, необхідна ще емпатія, вміння помічати, розпізнавати, «читати», розуміти емоції дітей, адекватно на них реагувати.

Робота вихователя повинна полягати в постійному пошуку методів покращення взаємовідносин з дитиною, аналізі їх відповідності потребам та очікуванням дітей. З моменту найпершого контакту з дошкільником вихователь стає для нього авторитетом та зразком для наслідування, тому якщо він проявлятиме чуйність до дітей, то дуже ймовірно, що й діти також із теплотою ставитимуться до своїх однолітків. Тобто від дорослого залежить, як розвиватиметься емоційна зрілість у його підопічних.

Доброзичливі, щирі, дружні, толерантні, підтримуючі взаємини в дитячому колективі впливають на позитивний психологічний стан дитини, її самопочуття, вияв емоцій, бажання відкрито висловлювати власні почуття, творити, виявляти здібності, розкривати таланти. Цінностями дошкільної групи є згуртованість, єдність, дружність, повага, допомога. Важливим для емоційно позитивного стану, психологічного комфорту дитини є прийняття її такою, якою вона є, розуміння її потреб, інтересів, недоліків, толерантне ставлення, коли ти поважаєш себе й інших, з розумінням ставишся до неповторності кожного. Саме всі ці чинники складають атмосферу емоційного комфорту.

Емоції є важливою складовою життя кожної людини, що безпосередньо впливає на повсякденну діяльність. Якщо створити оптимальний виховний мікроклімат, дитина обов'язково побудує позитивний образ самої себе, розвине емпатію, необхідні соціальні навички, що характеризують емоційний інтелект, формування та розвиток якого повинен бути одним із пріоритетних напрямів у роботі дитячого садка. Саме від успіху у вихованні залежить те, в якій мірі діти стануть відповідальними й уважними членами нашого суспільства.

Емоційне спілкування в дошкільному середовищі. Спілкування педагога з вихованцями, вихованців між собою забезпечує потреби останніх в отриманні корисної, цікавої, мотивуючої інформації, в емоційному контакті, підтримці,

стимулюванні, впевненості, у висловленні власних поглядів. Таке емоційне спілкування викликає емоції довіри, симпатії, задоволення, впливає на їхнє життя, на розуміння внутрішнього світу інших, вчить керувати власними емоціями [47, с.14]. Спілкування відбувається під час виконання спільних завдань на занятті, дружніх розмов на прогулянках, індивідуальних контактів з вихователем.

Вихователю слід звертати особливу увагу на правильне розпізнавання тих чи інших емоцій у дітей та їх правильну інтерпретацію і, відповідно – правильну реакцію на них. У дошкільній групі під час занять обов'язково треба приділяти час для спільного вирішення виникаючих проблем і конфліктів. Це сприяє формуванню навичок взаємної уваги, привчає дітей терпляче вислуховувати один одного та грамотно виражати свої емоції в рамках певної теми. Діти, вирішуючи проблеми колективно, вчаться встановлювати соціальні контакти, що, поза сумнівом, буде корисним на будь-якій стадії розвитку. Дитина обов'язково повинна мати сформовану самосвідомість, і чим більше для неї відкриватимуться власні емоції, тим більш уміло вона прочитуватиме емоції інших людей.

Партнерські взаємини, взаємодія, співпраця дошкільників, вихователів, батьків. Основою таких стосунків є довіра, повага до дитини, рівноправність учасників, гуманістичний, демократичний стиль керівництва освітнім процесом, що впливає на становлення особистості, її емоційний інтелект. Співпраця дає можливість задовольняти основні міжособистісні потреби, опановувати маловідомі способи дій, моделювати поведінку, спільно вирішувати проблеми. Партнерські стосунки дозволяють бачити, сприймати, відчувати емоції інших, вчитися керувати власними для вирішення проблеми.

Варто зазначити особливу роль парних і групових форм роботи, які надають можливість взаємодіяти, спілкуватися, обговорювати, приймати різні погляди, висловлювати власну точку зору, доводити її, переконувати, знаходити спільне рішення, допомагати, підтримувати, а отже, виявляти власні емоції, розуміти емоції, дії інших, вчитися впливати за допомогою емоцій. Важливим у такій діяльності є отриманий результат, який викликає захоплення,

почуття гордості, впевненості в собі, бажання повторити, зробити краще, щоб ще раз відчувти успіх. У той же час, вчить аналізувати, робити висновки, мотивує до подальшого успіху.

Активні форми освітньої діяльності, які викликають емоції (ігри, розваги, конкурси, свята, ранкові зустрічі, вистави, квести). Враховуючи властиву дітям дошкільного віку природну рухливість, непосидючість, доцільним буде застосування в освітньому процесі активних форм роботи, коли діти не тільки виконують завдання, а й активно рухаються, оскільки такий рух теж викликає емоції. Знайомим і зрозумілим, рідним і захоплюючим є світ гри, розваг, друзів, де дитина знаходиться в центрі подій, вивчає себе, пізнає власні можливості, оцінює свої вчинки, порівнює їх з вчинками інших, збагачує досвід поведінки, спілкування, взаємодії. Гра дозволяє дитині виявити весь спектр емоцій – інтерес, радість, задоволення, захват, здивування, симпатія, невдоволення, розпач, злість, розчарування, обурення. Такими ж за впливом на емоційну сферу дошкільника, розвиток його емоційного інтелекту є конкурси, розваги, змагання, квести, де можна позмагатися, виявити власні переваги, відчувти тріумф, задоволення, з'являється впевненість у собі, підвищується самооцінка [47, с.13].

Емоційність змісту навчального матеріалу, що вивчається. Передбачає використання особистісно-значущого, невідомого раніше матеріалу, який містить цікаві факти, яскраві приклади, відповідає потребам та інтересам дітей, викликає відповідні емоції та почуття. Це зумовлює їх ставлення до навколишнього світу, до себе, до інших, стимулює дізнатися більше, знайти застосування знань у житті, мотивує до успіху. З іншого боку, той навчальний матеріал, який знайшов емоційний відгук у дітей, викликав у них інтелектуальні почуття, створив яскравий образ запам'ятовується краще іміцніше. Важливо, щоб зміст відображав реальні події, описував практичний досвід, який можна застосувати. Впливає на розвиток ЕІ і незвичність викладу, подачі навчального матеріалу. При цьому вихователю доцільно передбачати емоційний ефект, наперед прогнозувати, який емоційний відгук він викличе в дітей, на якому

етапі заняття застосувати той або інший прийом.

Окреме місце займають художні твори з якими знайомляться діти на заняттях, у виховній діяльності, які викликають емоції, створюють настрій, відгук на події, зачіпають почуття молодших школярів, викликають бажання робити гарні вчинки, змінювати поведінку на краще, поповнювати власний життєвий досвід. Тому твори для дошкільнят повинні бути доступними, різноманітним за жанрами, тематикою, емоційно забарвленими, викликати почуття радості, подиву, здивування, захоплення, змушувати дитину співчувати, співпереживати, емоційно реагувати на події, показувати красу художнього слова, сприяти розширенню світогляду дітей, поповненню їх знань, засвоєнню найважливіших загальнолюдських цінностей, допомагати набутти необхідного життєвого досвіду, містити прихований виховний вплив. Обирати доцільно ті твори, зміст яких дозволяє дитині розмірковувати, висловлювати власну позицію, самостійно робити вибір, вчить співчувати, співпереживати, розуміти іншого, робити власні висновки, поміркувати про себе, усвідомити свої переваги і недоліки, потреби і бажання, розвивати уяву, фантазію, мислення, мовлення дітей, творчі здібності [55, с.13].

Для дітей дошкільного віку важливою є яскрава, зрозуміла наочність, яка викликає живі образи, інтелектуальні почуття, пізнавальний інтерес, позитивні мотиви навчання (персонажі мультфільмів, фільмів, художніх творів, якими захоплюються діти, які емоційно близькі їм, яких вони розуміють і хочуть наслідувати). Такі персонажі, як правило, емоційні, яскраво виявляють свої почуття, діляться життєвим досвідом, мотивують до успіху, що є прикладом для наслідування.

Комплекс вправ, завдань, які допомагають виявляти, розуміти, контролювати власні емоції та емоції інших. Враховуючи недостатній досвід дошкільників у вираженні емоцій, усвідомленні власних переживань, розуміння причин, що їх викликають, доцільно навчити їх адекватно виражати почуття, описувати власні емоції, розуміти причину їх виникнення, керувати ними, знаходити конструктивні способи виходу зі складних ситуацій за допомогою

проведення вправ, виконання ігрових завдань під час заняття, прогулянки, виховних заходів.

Поняття «емоції» та поняття «інтелект» протиставлялися одне одному. Вважалося, що емоції заважають приймати «раціональні, розумні рішення». Тільки у другій половині 20-го століття соціальні психологи поглянули на це по-іншому. Вони припустили, що в процесі еволюції емоції допомагали людині пристосуватися до різних середовищ і обставин і були напряму пов'язані із виживанням людини як виду. Запанувала думка, що розум та емоції протиставляти непотрібно, і що останні не перешкоджають людині мислити, а навпаки, – допомагають.

Емоційний інтелект багато дослідників досліджують з прикладної точки зору, щоб дізнатися, як він пов'язаний із різними сферами життя, з роботою, з лідерством, зі щастям, зі щоденними звичками. Чим відрізняється життя людини, чий емоційний інтелект розвинений більше, ніж у інших? Наприклад, австралійські дослідники Емі Чан та Пітер Капуті виявили залежність між емоційним інтелектом (EI) та задоволеністю життям: чим вищий у людини емоційний інтелект, тим більше вона задоволена власним життям. Так само і задоволеність шлюбом: вона на 26% залежить саме від рівня емоційного інтелекту. Також емоційний інтелект пов'язаний із задоволеністю роботою. Дослідниками Сатья Кумар і Відья Ієр в Індії було проведене опитування працівників освітніх закладів та інтерпретовані наступні дані: чим вищий рівень емоційного інтелекту працівників, тим більше вони задоволені своєю роботою [73, с.28]. Цікавим є той факт, що такий зв'язок ще сильніший для викладачів, порівняно з іншими працівниками освітніх закладів. Це пояснюється тим, що викладацька робота передбачає постійне спілкування з людьми, а де люди, – там і завжди емоції. Чим більше розвинений емоційний інтелект у викладача, тим простіше йому зрозуміти, оцінити і врегулювати свої емоції, зберегти спокій і конструктивний діалог.

Від емоційного інтелекту залежить, наскільки людина здатна бути емпатичною, тобто уявляти себе на місці іншого і розуміти, як інший

почувається. Окрім того, ЕІ пов'язаний із тим, наскільки ми схильні співпрацювати в команді. Командні гравці – це здебільшого люди з високим рівнем емоційного інтелекту.

Американські дослідники Марк Бреккет і Джон Мейер з'ясували, що чим нижчий рівень ЕІ, тим більше люди споживають алкоголь і наркотичні речовини [75, с. 5]. Водночас, люди з нижчим рівнем емоційного інтелекту почуваються більш самотніми. Почуття самотності залежить від емоційного інтелекту на 24%. Однак слід розуміти, що все написане вище стосується суто статистичних показників, які враховують відповіді великої кількості людей і базуються на імовірностях. Тому якщо ви раптом почуваєтеся самотніми і не зовсім задоволені своєю роботою, це не означає, що ваш емоційний інтелект низький. Причини можуть бути зовсім інші.

Не всі люди з високим емоційним інтелектом люблять працювати в команді, як і не всі серед них задоволені своїм життям. Пояснень для кожного окремого явища є завжди більше, ніж одне. Але тенденції щодо емоційного інтелекту справді виглядають так.

Висновки до розділу 1. На основі здійсненого теоретичного аналізу ми можемо зробити наступні висновки: «емоційний інтелект дітей дошкільного віку» слід розуміти як здатність дитини до розрізнення різних емоційних станів (власних та співрозмовників), індикаторами якої є: яскравість вираження емоцій дитини, вміння відчувати позитивні та негативні емоції співрозмовника (незалежно від статі та віку), спроможність дитини до співчуття або емпатії. Емоційний інтелект дозволяє дитині адекватно й ефективно поводитися по відношенню до людей, завдань, ситуацій регулювати інтенсивність емоційних проявів.

Аналізуючи теоретичні основи ми дійшли до висновку, що емоції охоплюють всі сфери життя людини. Від емоцій та почуттів залежить емоційний стан та настрої, а також діяльність яку виконує особистість. Тому важливо розуміти та усвідомлювати свої емоції та емоції інших. Розглядаючи сутність поняття емоційний інтелект, ми вияснили, що дане поняття можна трактувати як

сукупність здібностей людини правильно усвідомлювати свої емоції та розуміти чужі емоції, керувати емоціями і регулювати емоції інших людей у відповідності до ситуації для вирішення певних задач. Також варто відмітити, що в структурі емоційного інтелекту входять такі поняття як емпатія, відповідальність, самосвідомість, самодисципліна, соціальні навички та інші.

Таким чином, що емоційний інтелект є дійсно дуже важливою інтегральною характеристикою особистості, яка реалізується в її здібностях розуміти емоції, узагальнювати їх зміст, виокремлювати емоційний підтекст у міжособистісних відносинах, регулювати емоції таким чином, щоб сприяти за допомогою позитивних емоцій успішній когнітивній пізнавальній діяльності та долати негативні емоції, які заважають спілкуванню чи загрожують досягненню індивідуального успіху.

Роблячи певні висновки, треба зазначити також, що до основних складових емоційного інтелекту. відносяться: «самосвідомість» (фундамент емоційного інтелекту); «володіння собою» (уміння зберегти баланс в критичних ситуаціях); «соціальна свідомість» (вміння розуміти оточуючих людей); «управління взаємовідносинами» (здатність будувати контакти та взаємодіяти з оточуючими людьми, враховуючи емоційний стан не окремо взятої людини, а цілого колективу).

До педагогічних чинників, які сприяють розвитку емоційного інтелекту дошкільників, можемо віднести: емоційність педагога; атмосферу емоційного комфорту; емоційне спілкування в освітньому середовищі; партнерські взаємини, взаємодію дітей (перевага парних, групових форм роботи); діяльність, що приносить успіх, радість, емоції; активні, рухливі форми організації навчальної і виховної діяльності, які викликають емоції, переживання (ігри, прогулянки, конкурси, ранкові зустрічі, свята, розваги); емоційність змісту матеріалу, що вивчається; наочність, яка збуджує почуття, емоції (персонажі мультфільмів, фільмів, казок), викликає яскраві образи; мультимедійні засоби; комплекс вправ, завдань, які допомагають виявляти, розуміти, контролювати власні емоції та емоції інших.

Можна погодитись, що дослідники стоять ще на початку шляху вивчення цього психологічного феномену, і наступні роки повинні принести додаткові наукові результати, які стануть внеском в наше розуміння цього важливого особистісного конструкта та його ролі у життєдіяльності людини.

РОЗДІЛ 2. ЕКСПЕРИМЕНТАЛЬНЕ ДОСЛІДЖЕННЯ ПСИХОЛОГО-ПЕДАГОГІЧНИХ УМОВ РОЗВИТКУ ЕМОЦІЙНОГО ІНТЕЛЕКТУ У ДІТЕЙ СТАРШОГО ДОШКІЛЬНОГО ВІКУ

2.1 Характеристика вибірки та організація дослідження

Дослідження особливостей емоційного інтелекту дітей старшого дошкільного віку через ігрову діяльність було проведено на базі гімназії №27 Кам'янської міської ради дошкільне відділення «Веселий вулик».

Дослідження складалося з трьох етапів:

Констатувальний етап дослідження (емпіричне дослідження емоційного інтелекту, його рівнів та компонентів у дітей старшого дошкільного віку). Об'єм вибірки на цьому етапі дослідження – 70 дітей (35 хлопців та 35 дівчат) від 5 до 7 років, які відвідують старшу групу Гімназії №27 Кам'янської міської ради дошкільне відділення «Веселий вулик», 4 вихователі та 137 батьків.

На констатувальному етапі було визначено такі завдання:

- діагностувати рівні сформованості емоційного інтелекту у дітей;
- визначити спрямованість дитини, її готовність співпереживати, розуміти стан іншого та піклуватися про нього.

Отримані на констатувальному етапі дані було опрацьовано шляхом застосування U-критерію Манна-Уїтні й однофакторного дисперсійного аналізу.

Корекційно-розвивальний етап дослідження (побудова та впровадження корекційно-розвивальної програми, визначення психолого-педагогічних умов формування емоційного інтелекту старших дошкільників). Об'єм вибірки на цьому етапі дослідження – 38 дітей (19 – експериментальна група – далі ЕГ, 19 – контрольна група – далі КГ) від 5 до 7 років, які відвідують старшу групу закладу дошкільної освіти.

Відповідно до стандартів психокорекції та консультування було

сформовано експериментальну групу чисельністю 19 досліджуваних. Чисельність досліджуваних в контрольній групі не лімітувалася.

Контрольний етап дослідження (перевірка ефективності корейно-розвивальної програми та визначених психолого-педагогічних умов формування емоційного інтелекту старших дошкільників). Отримані на цьому етапі дослідження дані були опрацьовані шляхом застосування Т-критерія Вілкоксона.

При формуванні психодіагностичного інструментарію дослідження були відібрано ті методики, які ґрунтовно розкривають його предмет:

Методику М. А. Нгуен «Домальовування: світ речей–світ людей–світ емоцій» [51, с.83], яка дає можливість з'ясувати рівень розвитку емоційного інтелекту та визначити спрямованість дитини на світ людини, речей чи емоцій. Методика діагностики емоційного інтелекту дітей-дошкільників була розроблена в'єтнамським ученим Нгуен Мінь Анем у 2008 році [52, с.47]. Інструментарій для діагностики емоційного інтелекту включає в себе анкету для вихователів та батьків і набір діагностичних методик для дітей: «Домальовування: світ речей – світ людей – світ емоцій», «Три бажання» і «Що – чому – як». Питання анкети спрямовані на оцінку емоційної чуйності дітей, їх здатності переживати значущі для них події та співчувати оточуючим людям (додаток А).

Проективну методику «Три бажання» М. А. Нгуен [51, с.83] для з'ясування спрямованості дитини на себе чи на інших; ця методика спрямована на виявлення емоційної орієнтації дітей на світ речей або на світ людей, на себе чи на іншу людину, а також способів адекватного вирішення проблем при опорі на зазначену орієнтацію (додаток Б).

Методику «Що? Чому? Як?» [51, с.84], яка дозволяє виявитиступінь готовності дитини враховувати емоційний стан іншої людини, співпереживати, піклуватися про неї (додаток В).

Графічну методику «Кактус» М. О. Панфілової, яка дозволяє визначити особливості емоційно-особистісної сфери дитини [57, с.12]. При

проведенні даної методики досліджується емоційно-особистісна сфера дитини. З її допомогою можна визначити, чи схильна дитина до агресії, наскільки вона інтенсивна і на що спрямована. Методика «Кактус» застосовується психологами в роботі з дітьми старше трьох років, тому що необхідно, щоб малюк вмів добре тримати в руках олівець і малювати (додаток Г). Для проведення даної методики необхідно підготувати на кожну дитину по одному аркушу паперу і олівця. В ідеалі дослідження проводиться наодинці з психологом, але при відсутності такої можливості заняття може бути і груповим.

Отже, всім юним учасникам дослідження роздають «інструменти». Оскільки називається методика «Кактус», то і намалювати кожна дитина повинна саме цю рослину. Причому ніяких питань дорослій людині ставити не можна, підказок і пояснень бути не повинно. Малюк повинен зобразити кактус таким, яким він його представляє. Можливо, він і не зовсім знає, як той виглядає, однак саме в цьому і полягає суть такого дослідження, як методика «Кактус».

Діагностична методика «Емоційна ідентифікація» О. Ізотової [36, с.25]. Мета методики: виявлення сформованості процесів розпізнавання емоцій та їх розуміння; визначення рівнів ідентифікації емоцій. У ході застосування методики дітям пропонується набір карток (4 картки) із зображеннями різних емоційних ситуацій: день народження, бійка, розставання, напад. При цьому наводиться така інструкція: «Я буду показувати тобі картинки з різними історіями, а ти будеш розповідати про людей на цих картинках». Після кожного демонстрування певної картинки дитині задається питання: «Як ти гадаєш, що відбулося з цими людьми? Чому в них такі обличчя? Що вони відчувають? Як називається це почуття (настрій)?» (додаток Д)

З метою визначення стану емоційного інтелекту, дітей старшого дошкільного віку, в цілому та його окремих компонентів ми застосували методику Г. Холла на «Визначення рівня емоційного інтелекту». Дана методика дозволяє дослідити не тільки рівень розвитку емоційного інтелекту

загалом, а й діагностує рівень його окремих компонентів. Під час проходження методики, діти уважно читають запропоновані визначення та оцінюють їх по мірі погодження або непогодження з ними. Після чого ми підраховали отримані результати та інтерпретували їх.

Таким чином, підводячи підсумки розглянутих методик, можна стверджувати, що велика кількість досліджень свідчить про значну роль емоційної сфери людини у міжособистісному спілкуванні і самоорганізації на діяльність. Все це підтримує правомірність гіпотези про велику роль емоційного інтелекту у створенні успіху життєдіяльності й у подоланні жахливого сплеску виявлення антагоністичного ставлення людей один до одного.

Отже, існує значна кількість методик емоційного інтелекту, які свідчать про значущість проблеми виявлення стресозахисного та адаптивного потенціалу емоційного інтелекту. Але, як видно з аналізу зазначених досліджень, методика виявлення ознак адекватності чи неадекватності емоційної поведінки потребує досить високого рівня кваліфікації з боку дослідника чи спостерігача і є дуже складною. Тому залишається дуже актуальною проблема пошуку інших, більш науково обґрунтованих та універсальних підходів до виявлення рівня сформованості емоційного інтелекту.

2.2. Результати емпіричного дослідження емоційного інтелекту у дітей дошкільного віку

Емпіричне дослідження рівня розвитку емоційного інтелекту та спрямованості дитини на світ людини, речей чи емоцій **за методикою «Домальовування: світ речей – світ людей – світ емоцій»** дозволило виявити **три рівні емоційного інтелекту:**

Низький рівень емоційного інтелекту з «орієнтацією на світ речей» спостерігається у 16 дітей, що становить 22,86% серед них: 8 дівчаток та 8 хлопчиків;

Середній рівень емоційного інтелекту зі «спрямованістю на світ людей» спостерігаємо у 35 дітей, що становить 50 % досліджуваних: 16 дівчаток і 19 хлопчиків;

Високий рівень емоційного інтелекту з «орієнтацією на світ емоцій» – у 19 дітей це складає 27,14% з них 11 дівчаток і 8 хлопчиків. Статистично значущих відмінностей за цими шкалами за статтю виявлено не було.

У результаті дослідження за проективною методикою ми отримали наступну інтерпретацію. (таблиця 2.1).

Таблиця 2.1

Результати дослідження за проективною методикою М. Нгуена

«Домальовування: світ речей – світ людей – світ емоцій»

Відсоток досліджуваних	Кількість балів
40%	0
7%	1
20%	2
26%	3
7%	4

Аналізуючи інтерпретацію дослідження, ми підсумували та виявили, що у 40% досліджуваних дітей низький рівень емоційного інтелекту, у 27% дітей середній рівень емоційного інтелекту та 33% дітей мають високий рівень інтелекту.

За результатами дослідження дана проективна методика дещо відрізняється за результатами від попередніх. Проте, на нашу думку, це може бути через те, що в дітей у яких виявлено низький рівень емоційного інтелекту, мало розвинута уява.

За допомогою проективної методики «Три бажання» було виявлено спрямованість дитини на себе або на інших і загальний показник рівня розвитку емоційного інтелекту. Різниця результатів за даною методикою від 2 до 6 балів з 6 можливих. *Орієнтацію на себе і низький рівень розвитку емоційного*

інтелекту діагностовано у 35 досліджуваних, що становит 50% від загальної вибірки кількості досліджуваних: 27 дівчаток і 8 хлопчиків. **Високий рівень емоційного інтелекту і орієнтацію на емоції і почуття іншої людини** демонструють 9 дітей (хлопчики), що становить 12,86% від загальної кількості досліджуваних. Середній рівень розвитку емоційного інтелекту властивий 37,17% досліджуваним, 26 дітей з них: 9 дівчаток і 17 хлопчиків.

Третя методика «Що? Чому? Як?» дозволила виявити ступінь готовності дитини враховувати емоційний стан іншої людини, співпереживати, піклуватися про неї. **Низьку готовність до розуміння емоційного стану іншої людини** діагностовано у 5 дівчаток (7,14% від загальної кількості дітей). **Середній рівень готовності до співпереживання, піклування про іншу людину** продемонстрували 52 дитини (74,29%), з них: 20 дівчаток і 32 хлопчики. **Високий ступінь готовності до врахування емоційного стану іншої людини** сформований у 18,57% досліджуваних, що становит 13 дітей з них: 10 дівчаток і 3 хлопчики.

В результаті дослідження за опитувальником Г. Холла на «Визначення рівня емоційного інтелекту» в дітей старшого дошкільного віку ми отримали наступні результати.

Таблиця 2.2

Результати дослідження за опитувальником Г. Холла на «Визначення рівня емоційного інтелекту» в дітей старшого дошкільного віку

№ з/п	Назви компонентів	Кількість балів
1.	Емоційна обізнаність	22
2.	Здібність керувати емоціями	10
3.	Здібність до самомотивації	10
4.	Здібність до емпатії	14
5.	Здібність розпізнавати емоції інших людей	20

Розглянемо загальний результат, який був виведений в результаті

розрахунку балів кожного досліджуваного та знаходження середнього арифметичного по кожному компоненті окремо.

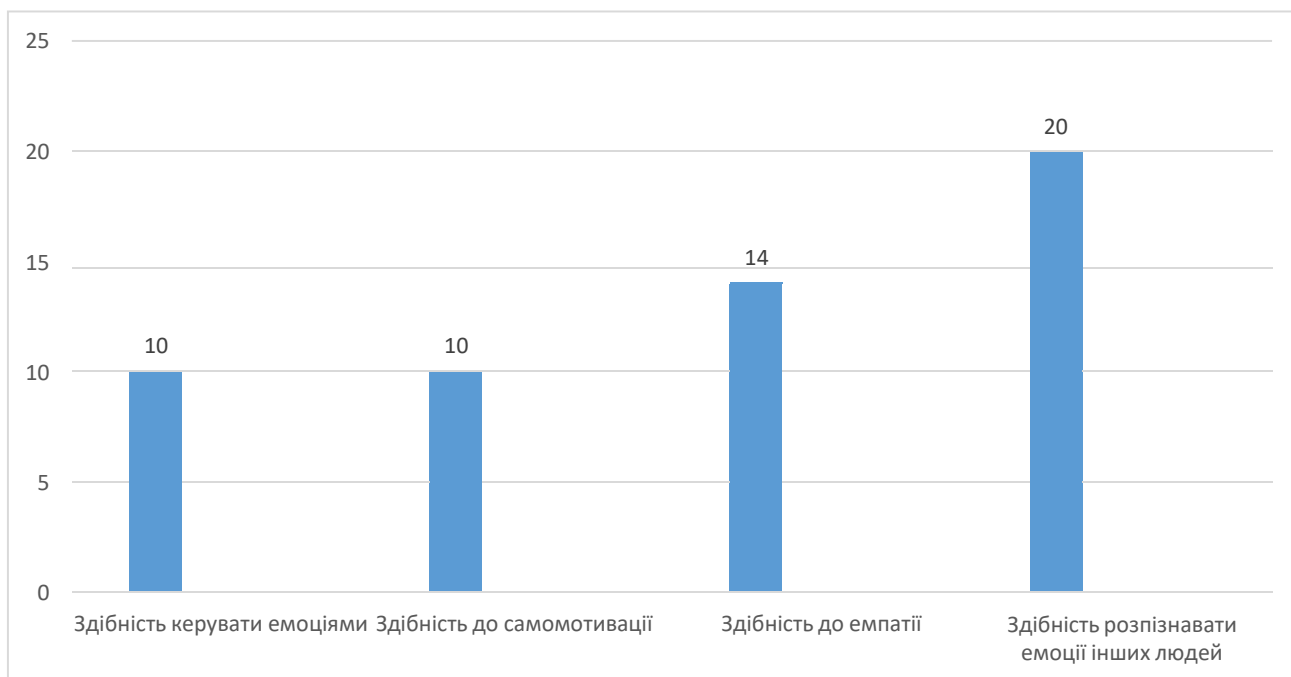


Рис. 2.1 Порівняльний аналіз компонентів емоційного інтелекту за методикою Г. Холла на «Визначення рівня емоційного інтелекту» в дітей старшого дошкільного віку.

Аналізуючи результати дослідження окремих компонентів емоційного інтелекту за результатами методики Г.Холла, можемо зробити наступні висновки: що в дітей старшого дошкільного віку, менш розвинуті здібності керувати своїми емоціями та самомотивації, проте добре розвинуто емоційна обізнаність, емпатія та здібність розпізнавати емоції інших людей. Це, напевно, пов'язано з віковими особливостями дітей дошкільного віку, а також з оточуючими факторами, які впливають на емоційний стан дитини. До таких факторів можемо віднести: сімейне виховання, установки батьків, конфліктні ситуації, неблагополучний клімат у дошкільному навчальному закладі або фізичний стан дитини. За допомогою цих даних, ми можемо зрозуміти над якими здібностями ще варто попрацювати, щоб їх розвинути та покращити рівень розвитку емоційного інтелекту загалом.

Також розглянемо загальні результати дослідження за методикою Г.Холла на «Визначення рівня емоційного інтелекту» в дітей старшого

дошкільного віку (додаток М).

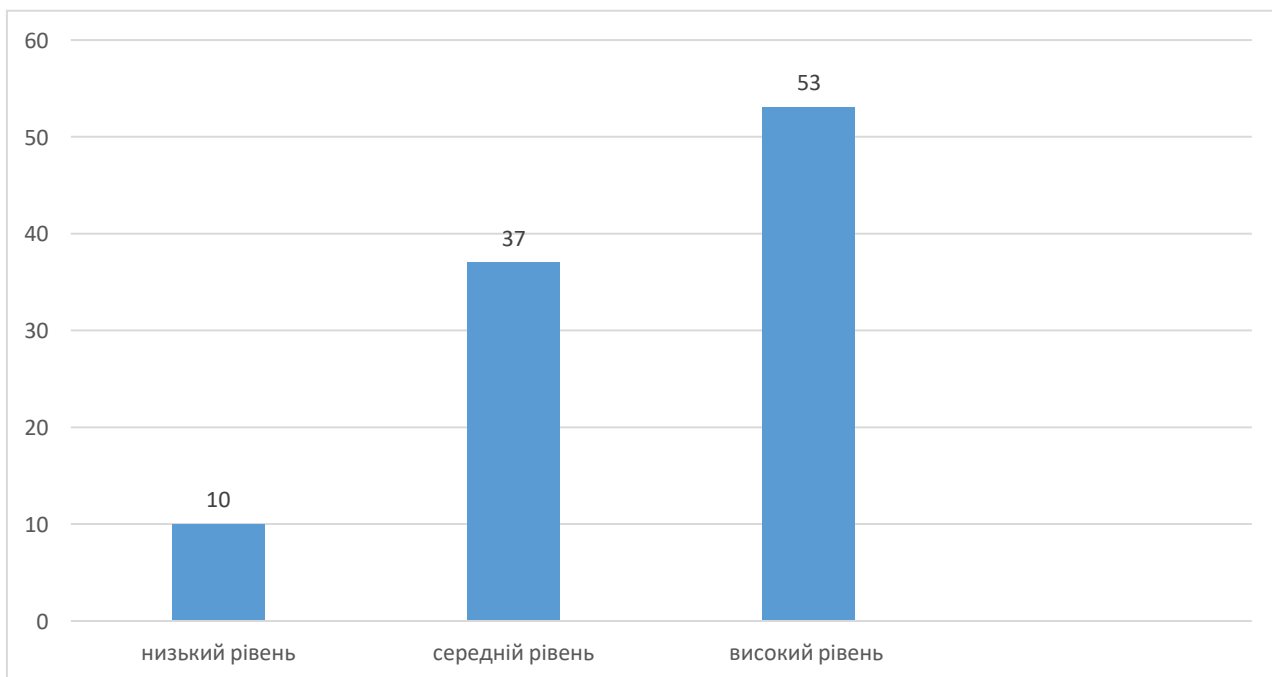


Рис. 2.2 Загальні результати дослідження за методикою Г.Холла «Визначення рівня емоційного інтелекту» в дітей старшого дошкільного віку.

Підсумовуючі результати дослідження за методикою Г.Холла спостерігаємо, що у 53 % дітей переважає високий рівень емоційного інтелекту, 37 % дітей мають середній рівень розвитку емоційного інтелекту та 10 % дітей показали низький рівень розвитку EIQ. Таким чином, діти старшого дошкільного віку добре розуміють що таке емоції, мають здібність до емпатії та добре розпізнають ту чи іншу емоцію у інших людей. Проте мають низький рівень розвитку здібності до самомотивації та здібності керувати своїми емоціями.

Аналізуючи отримані результати, ми дійшли до висновку, що низький рівень розвитку емоційного інтелекту здебільшого мають діти з неблагополучних або неповних сімей, які навчаються на початковому рівні. Та високий рівень розвитку емоційного інтелекту мають діти, які навчаються на високому та достатньому рівні та мають емоційну підтримку батьків.

Методика «Емоційна ідентифікація» О. Ізотової, Є.Нікіфорова спрямована на: виявлення особливостей ідентифікації емоцій різних модальностей у дітей дошкільного віку, індивідуальних особливостей

емоційного розвитку; сформованості двох компонентів процесу впізнання емоцій – сприйняття і розуміння емоційних станів; визначення рівня довольного вираження емоцій різної модальності (радість, гнів, печаль, страх, відраза, презирство, заздрість); виявлення обсягу емоційного досвіду й емоційних уявлень; виявлення чинника емоційної напруженості. Методика складається з двох діагностичних серій. Відповідно до доказових досліджень ця методика є ефективною у дослідженнях рівня сформованості розуміння інших людей: розуміння та розпізнавання їхніх емоцій, вміння розмірковувати над можливими мотивами, намірами людей та передбачати те, що вони можуть зробити відповідно до своїх намірів, почуттів, мотивів.

Виходячи з мети та завдань роботи, було використано Серію №1 форму С (для дітей 6-7 років) методики «Емоційна ідентифікація». Ця серія спрямована на визначення сформованості сприйняття та розуміння емоційних станів дітей. Її результати дозволяють проаналізувати показники за шкалами «ідентифікація емоцій»; «вербалізація емоцій»; «відтворення емоцій», які співвідносяться з певним рівнем сформованості характеристики – високим, середнім, низьким. Методика проводилась індивідуально з кожною дитиною. У середньому, її проведення займає до 30 хв.

Як видно з таблиці 2.3, за показником «ідентифікація емоцій» високий рівень виявлено у 12,86% досліджуваних (9 дівчат); середній – у 70% дітей (49 дітей, з них: 26 хлопців і 23 дівчат); низький – у 17,14% досліджуваних (12 хлопців). Тобто для більшої половини дітей властива помірна здатність співставляти емоційний об'єкт з емоційним еталоном.

Таблиця 2.3.

Розподіл досліджуваних за рівнями сформованості сприйняття та розуміння емоційних станів, %

Показники	Рівні сформованості характеристики		
	Високий	Середній	Низький
ідентифікація	12,86%	70%	17,14%

емоцій			
вербалізація емоцій	10%	64,29%	25,71%
відтворення емоцій	10%	50%	40%

Високий рівень вербалізації емоційних уявлень як уміння назвати, описати почуття, конкретну поведінку, яка їх викликала визначено у 10% досліджуваних (7 хлопчиків), середній – у 64,29% (45 дошкільнят, з них: 28 хлопців і 17 дівчаток); низький – у 25,71% дітей (18 дівчаток).

За рівнем відтворення емоцій (виразність і довільність) середній рівень діагностовано у 50% дошкільників (35 дітей, з них: 23 хлопця і 12 дівчаток), високий – у 10% (7 хлопчиків) та низький – 40% дошкільників (28 дітей, з них: 5 хлопчиків і 23 дівчинки).

Аналіз зображень досліджуваних за методикою «Кактус» вказує на домінування у досліджуваних таких особистісних поведінкових проявів як прагнення до домашнього захисту, егоцентризм, тривожність, демонстративність, агресивність, що часто є причинами нерозуміння власних емоцій та емоцій інших, а також невміння керувати ними (рис. 2.3):

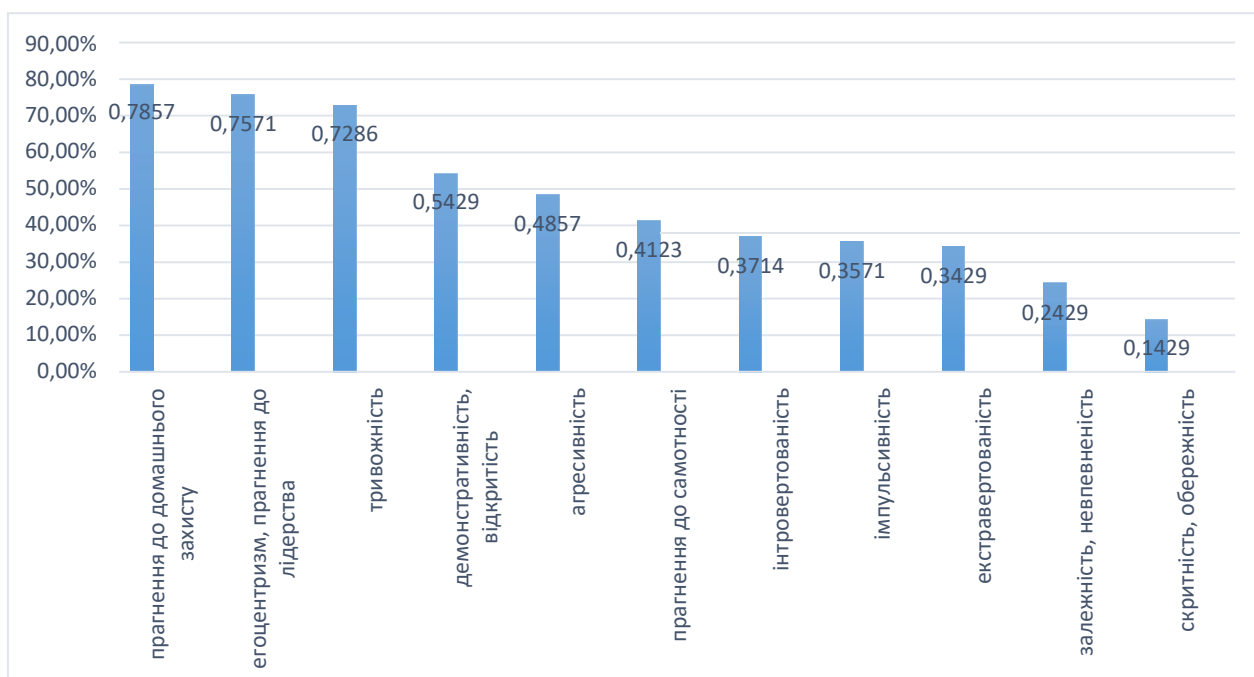


Рис. 2.3 Домінуючі особистісні прояви у дітей старшого дошкільного віку, %

Для оцінки відмінностей між хлопчиками та дівчатками за всіма

показниками чотирьох методик був використаний U-критерій Манна-Уїтні.

Статистично значущих відмінностей за рівнями сформованості емоційного інтелекту серед хлопців та дівчат, орієнтаціями на світ людей, речей або емоцій, готовності дитини враховувати емоційний стан іншої людини, вміння співпереживати, піклуватися про іншого виявлено не було. На рівні тенденцій можна говорити тільки про відмінність за шкалою «вербалізація емоційних проявів» ($U=5,91$; $p=0,052$), що переважає у дівчат.

З метою з'ясування особливостей емоційного інтелекту у дітей з різними рівнями його сформованості, вибірку було розділено на три групи: з високим (27,14%), середнім (50%) та низьким (22,86%) рівнями емоційного інтелекту. Результати застосування однофакторного дисперсійного аналізу вказують на наявність статистично значущих відмінностей між групою дітей з високим рівнем емоційного інтелекту та групою з низьким його рівнем за шкалами «відкритість» (29,46, $p=0,00$), «обережність» (23,08, $p=0,00$), «прагнення до лідерства» (10,84, $p=0,04$), які суттєво переважають у дітей з розвинутим емоційним інтелектом, на відміну від дітей з низьким його рівнем, в яких переважають «тривожність» (8,18, $p=0,02$), «імпульсивність» (13,64, $p=0,01$) та «агресивність» (15,37, $p=0,00$), та середнім, для яких характерні «імпульсивність», «інтровертованість» (13,34, $p=0,01$) «прагнення до самотності» (11,63, $p=0,03$).

Отже, для старших дошкільників характерні середні рівні розвитку емоційного інтелекту зі спрямованістю на світ людей, готовності до співпереживання, піклування про іншого, орієнтації на себе, а також домінування таких особистісних поведінкових проявів як прагнення до домашнього захисту, егоцентризм, тривожність, демонстративність, агресивність, що часто призводять до нерозуміння власних емоцій та емоцій інших, а також невміння керувати ними.

Найбільшу актуальність розвиток емоційного інтелекту набуває в дошкільному і молодшому шкільному віці, оскільки саме в ці періоди відбувається активне емоційне становлення дітей, вдосконалення їх

самосвідомості, здатності до рефлексії.

Діти стали серйозним предметом численних міждисциплінарних досліджень, а також основним об'єктом освіти. Ще Л. Виготський, говорив, що емоційний розвиток дошкільнят є однією з найважливіших цілей професійної діяльності педагога. Емоції – це основна ланка психічного життя людини, і перш за все, в житті дитини [13, с. 7]. У зв'язку з цим, однією з вимог дошкільної освіти – розвиток емоційної сфери дитини. Велика увага приділяється як емоційного інтелекту, так і соціальному інтелекту. Саме в дошкільний період закладається розуміння важливості цієї особливої сфери емоційного ставлення до оточуючих людей. В цей сприятливий період для розвитку емоційного інтелекту, важливо формувати «корисні емоційні звички» – навички, пов'язані з отриманням і проявом емоційних станів.

Можна виділити наступні психолого-педагогічними умовами розвитку емоційного інтелекту: демонстрація дітям зразка в прояві емоційного інтелекту; створення психологічно-комфортного клімату спілкування вихователя і дітей; збагачення розвиваючого предметно-просторового середовища посібниками, іграми, іграшками; індивідуальний підхід до дітей з урахуванням їх емоційного інтелекту; розвиток емоційної сфери дитини в ході ігрової діяльності.

Таким чином ми можемо проаналізувати умови розвитку емоційного інтелекту дітей дошкільного віку:

Перша умова: демонстрація дітям зразка в прояві емоційного інтелекту. Прикладом вираження емоцій для дитини дошкільного віку є батьки та оточуюче середовище. Батьки відіграють найважливішу роль в загальному розвитку своєї дитини. Саме правильне наставництво батьків розвиває характер дитини. Роль батьків у розвитку дитини є чуйною, відповідальною і нескінченною працею. Діти спостерігають за взаємодією і за тим, як проявляють емоції в сім'ї. Це вчить їх хорошим цінностей, які вбираються і мають вирішальне значення для дорослішання [43, с. 31].

Діти легко відчують негатив. Незалежно від того, наскільки маленька дитина, необхідно обговорювати з нею свої проблеми і те, як ви з ними

справляється. Заохочувати дитину брати участь разом в різних дрібних домашніх справах. Виховувати бути творчим і вирішувати проблеми з позитивним ставленням. Відносини в родині, спостереження за тим, як виражають свої емоції батьки, впливають на емоційний розвиток дитини. Якщо батьки виявляють стабільність в своїй поведінці і висловлюють свої почуття збалансовано, діти також слідують їх прикладу. Якщо батьки схильні до насильства, то і діти приймають те ж саме. Якщо дорослі занадто виконують забаганки своїх дітей, є ймовірність, що вони стануть недисциплінованими і впертими. Навпаки, якщо не проявляти ніякої прихильності, вони стають замкнутими і покірними [45, с. 210].

Як і сім'я, суспільство також впливає на емоційний розвиток дитини. Якщо навколишнє середовище емоційно заряджене, дитина стає емоційно нестабільною. Коли люди стабільні і вміють контролювати свої емоції, то і дитина залишається такою. Дошкільники вчаться контролювати свої емоції і намагаються відповідати нормам соціально прийнятої поведінки в суспільстві. Управління емоціями необхідне для здорового фізичного та психічного здоров'я дитини.

Друга умова: створення психологічно-комфортного клімату спілкування вихователя і дітей в закладі дошкільної освіти. Безпосереднє спілкування дитини з педагогом починається з ранкового прийому дітей, тут дуже важливо задати сприятливий емоційний тон, який впливає на настрій, працездатність, дисциплінованість дітей протягом усього дня. Важливо, з яким настроєм прийшла дитина, від цього залежить чи можна відразу залучати малюка до діяльності, або дати йому можливість побути одному, заспокоїтися. Можна розпитати дитину про її настрій, про те, які емоції викликали події ранку, поговорити про це з батьками (дорослими, з якими прийшла дитина) [46, с. 41].

Вихователь привчає дітей вітатися з усіма, хто їх зустрічає, стежити, щоб вони були ввічливі і доброзичливі в зверненні один з одним. Робота педагога в рамках педагогічної підтримки розвитку та становлення емоційної сфери дошкільника може здійснюватися в різних видах діяльності і передбачає як

пряму, так і непряму роботу в напрямках розвитку: мовленнєвому, соціально-комунікативному, фізичному художньо-естетичному, пізнавальному.

Третя умова: збагачення розвиваючого предметно-просторового середовища посібниками, книгами, іграшками. Розвиваюче предметно-просторове середовище є частиною освітнього процесу, представленим спеціально організованим простором. При його створенні важливо враховувати не тільки вік та риси особистості групи, а також дизайн та ергономічність середовища освітнього закладу [24, с.210-216]. Правильно організоване предметно-просторове середовище, насичене засобами навчання та виховання, забезпечує ігрову, пізнавальну, дослідницьку, творчу діяльність для всіх дітей, дозволяє експериментувати з різними матеріалами та предметами, доступними для дітей. Діти емоційні у взаємодії з предметно-просторовим середовищем, що дає їм можливість висловитись [8, с. 22-27].

Четверта умова: індивідуальний підхід до дітей з урахуванням їх емоційного інтелекту. Важливо пам'ятати, що розвиток кожної дитини унікальний і складний етап. Педагогічний вплив завжди опосередковується психологічними особливостями дитини, і тому характер і ефективність впливу визначаються не тільки його об'єктивними, але і суб'єктивними значеннями. Індивідуальний підхід – психолого-педагогічний принцип, згідно з яким в освітній роботі з дітьми враховуються індивідуальні особливості кожної дитини та умови життя [10, с. 112]. Необхідність індивідуального підходу в роботі з дітьми щодо формування емоційного інтелекту обумовлена забезпечує індивідуальну своєрідність в розвитку дітей, дає можливість максимального розвитку компонентів емоційного інтелекту з урахуванням результатів діагностики; без урахування індивідуальних особливостей дитини педагогічний вплив може виявитися неефективним для конкретної дитини [12, с. 64].

Індивідуалізація проявляється в постановці індивідуальних завдань, інтересів і переваг дітей, підтримці і допомозі при виконанні конкретного завдання, в наданні дітям права вибору завдань різного змісту (в залежності від їх можливостей, інтересів і бажань). Особливо потрібно підкреслити, що

індивідуальний підхід можна реалізувати як психолого-педагогічну підтримку дитини в ситуаціях утруднення, які виникають в процесі діяльності.

П'ята умова: розвиток емоційної сфери дитини в ході ігрової діяльності. Структуровані ігри дійсно можуть допомогти розвивати емоційний інтелект. [15, с. 17]. Дітям потрібно бачити емоції інших людей і говорити про них. Також потрібно грати, щоб зображати різні емоції і бачити, як інші роблять те ж саме. Емоційна діяльність може допомогти дітям зрозуміти свої почуття і навчитися виражати емоції здоровими способами.

Отже, в результаті всіх проведених досліджень ми дійшли до висновків що діти дошкільного віку добре розпізнають та відрізняють емоції людини, проте у досліджуваних мало розвинутий емоційний інтелект в цілому. А саме здібність керувати своїми емоціями, що створює їй перешкоди в комунікації з іншими, а також здібність до самомотивації. Тому ми поставили за мету підібрати методичні рекомендації вихователям та поради батькам для того щоб розвинути емоційний інтелект, а саме вміння керувати своїми емоціями та вміння до самомотивації. Та після певного періоду часу провести дослідження повторно для виявлення змін.

Висновки до розділу 2: Таким чином, підводячи підсумки розглянутих методик: Методику М. А. Нгуен «Домальовування: світ речей–світ людей– світ емоцій» , Проективну методику «Три бажання» М. А. Нгуен, Методику «Що? Чому? Як?», Графічну методику «Кактус» М. О. Панфілової, Діагностична методика «Емоційна ідентифікація» О. Ізотової. Можемо стверджувати, що велика кількість досліджень свідчить про значну роль емоційної сфери людини у міжособистісному спілкуванні і самоорганізації на діяльність. Все це підтримує правомірність гіпотези про велику роль емоційного інтелекту у створенні успіху життєдіяльності й у подоланні жахливого сплеску виявлення антагоністичного ставлення людей один до одного.

Ми можемо наголосити також на тому, що існує значна кількість методик емоційного інтелекту, які свідчать про значущість проблеми виявлення

стресозахисного та адаптивного потенціалу емоційного інтелекту. Але, як видно з аналізу зазначених досліджень, методика виявлення ознак адекватності чи неадекватності емоційної поведінки потребує досить високого рівня кваліфікації з боку дослідника чи спостерігача і є дуже складною. Тому залишається дуже актуальною проблема пошуку інших, більш науково обґрунтованих та універсальних підходів до виявлення рівня сформованості емоційного інтелекту.

Отже, в результаті всіх проведених досліджень ми дійшли до висновків що діти дошкільного віку добре розпізнають та відрізняють емоції людини, проте у досліджуваних мало розвинутий емоційний інтелект в цілому. А саме здібність керувати своїми емоціями, що створює їй перешкоди в комунікації з іншими, а також здібність до самомотивації. Тому ми поставили за мету підібрати методичні рекомендації вихователям та поради батькам для того щоб розвинути емоційний інтелект, а саме вміння керувати своїми емоціями та вміння до самомотивації. Та після певного періоду часу провести дослідження повторно для виявлення змін.

РОЗДІЛ 3. КОРЕКЦІЙНО-РОЗВИВАЛЬНА ПРОГРАМА З РОЗВИТКУ ЕМОЦІЙНОГО ІНТЕЛЕКТУ У ДІТЕЙ СТАРШОГО ДОШКІЛЬНОГО ВІКУ

3.1. Обґрунтування змісту і методів формувального етапу дослідження

Емоційний інтелект - це в першу чергу вміння усвідомлювати свої емоції також вміння аналізувати емоції інших людей та контролювати свої особисті. Це вміння дуже важливе у сучасному світі коли для успішного життя, дитині необхідно взаємодіяти з іншими людьми. Коли дитина не навчиться розпізнавати свої емоції та емоції інших, контролювати та коректувати свою поведінку це негативно відобразатиметься не тільки на процесі її соціалізації у дошкільному віці але, і у подальшому житті в цілому.

Низький рівень емоційного інтелекту призводить до розвитку синдрому дефіциту уваги, а також к закріпленню комплексу якостей за назвою – алакситимія. **Алакситимія** - утруднення в усвідомленні визначення особистих емоцій. Це неможливість висловити свої почуття словами. Взагалі алакситимія розвивається від недостатньої ласки з боку матері дитини, та не подається корекції. Також алакситимія є наслідком перенесеного стресу. Алакситимія підвищує ризик таких хвороб: ішемічної хвороби серця, цукрового діабету, бронхіальної астми, різноманітні хвороби шкіри. Нейродерміти, кропивниця чи псоріаз вказують на труднощі у встановленні контакту та спілкуванні також неспроможності людини виражати свої емоції та почуття, 80% хворих зазначили, що їм не вистачало материнського тепла, любові, тепла та фізичного комфорту.

Таким чином вміння розбиратися у своїх почуттях, керувати ними є особистим фактором який закріплює психологічне та соматичне здоров'я. Людина, яка не може регулювати свої емоції та емоції інших правильно оцінювати реакцію оточуючих, не буде успішною людиною.

Обираючи спосіб впливу на дитину, педагог повинен:

1. Усвідомлювати, що емоції - провідний психічний процес у дошкільному віці, місток, який з'єднує внутрішній світ дитини із зовнішніми подіями.
2. Позитивно оцінювати емоційність як даровану дитині природою чутливість.
3. Ураховувати індивідуальні особливості емоційної сфери кожної дитини (вразливість, глибину почуттів, стійкість станів, емоційний досвід).
4. Розрізняти прояви емоційного неблагополуччя: хворобливу подразливість, депресивні стани, страхи, фобії, неврози, тривожність, швидку втомлюваність нервової системи.
5. Розуміти походження різних форм емоційного неблагополуччя дитини, серйозно до них ставитися. Не звинувачувати малюка в них, не докоряти батькам.
6. Добирати індивідуальний підхід до емоційно неблагополучних дітей.
7. Спонукаати дітей щоденно фіксувати свій емоційний стан, за допомогою відповідних позначок та пояснювати його.
8. Залучати родину до вказаного напрямку педагогічної діяльності. Із допомогою оцінних суджень підносити її до рангу найбільш значущих для повноцінного розвитку дитини.
9. Включати напрям роботи, пов'язаний із вихованням у дошкільників емоційної культури, до плану своєї роботи. Використовувати різні форми діяльності: образотворчу (навчати передавати стан кольором, формами, лініями, композицією); музичну (вправляти в ідентифікуванні мелодії з тим чи іншим переживанням людини); літературну (складати розповіді про різні людські стани й настрої, наприклад про здивованого хлопчика, радісну матусю, сердиту сусідку тощо).
10. Під час оцінки результатів діяльності дитини, особливо навчальної, враховувати її емоційний стан, наявність чи відсутність інтересу до певного виду роботи, ставлення до конкретного дорослого як до носія вимог та експерта досягнень.

Нами було розроблено та апробовано програму розвитку емоційного інтелекту дітей старшого дошкільного віку з урахуванням визначених психологічних особливостей.

Так, дослідження емоційної сфери дітей та емоційного інтелекту дітей дошкільного віку – одне із головних завдань навчально виховної роботи. Емоційний інтелект дає змогу дітям глибше розуміти емоції людей, бути більш успішними у взаємовідносинах з друзями та близькими, розбиратися в проблемних ситуаціях, глибше розумітися у власних емоціях і почуттях, у причинах власних вчинків, бути цілеспрямованими та впевненими у своїх силах.

Отже, введення у програму навчання і виховання дітей дошкільного віку розвиток емоційного інтелекту має не аби-який позитивний вплив. У сучасній психолого-педагогічній науці проблему розвитку емоційного інтелекту вивчають у контексті гуманізації освіти.

Основна мета програми – гармонізація й оптимізація рівня емоційного інтелекту дітей та перевірка психолого-педагогічних умов, його форм в умовах закладу дошкільної освіти.

При реалізації програми вирішуються такі завдання:

- ◆ розвивати навички емпатії;
- ◆ сприяти зняттю емоційної напруженості;
- ◆ формувати у дітей позитивне ставлення до себе, зовнішніх та внутрішніх проявів;
- ◆ розвивати у дітей вміння співпрацювати з іншими дітьми;
- ◆ формувати в дитини необхідні навички керування своїми почуттями і емоціями (гнів, занепокоєння, страх, провина, сором, співчуття, жалість, емпатія, гордість, шляхетність, любов та інші);
- ◆ навчити дитину розуміти свої емоційні стани і причини, що їх породжують.

Принципи організації роботи:

Принцип від простого до складного – відновлення та поповнення сенсорного досвіду дітей, тактильних відчуттів, усвідомлення своїх реакцій та вчинків, практичне навчання конструктивним методам спілкування (невербальним і вербальним), способам саморегуляції.

Принцип неперервність супроводу – навчання дітей, батьків та педагогів засобам взаємодії, оволодіння комунікативними навичками.

Принцип результативності - досягнення позитивних результатів незалежно від віку, досвіду та розвитку дитини.

Принцип творчої активності.

Принцип партнерського спілкування – діти працюють групами чи парами навчаються визнавати цінність іншого, його думку, інтереси.

Принцип усвідомлення поведінки – дозволяти кожній дитині дізнатися думку про свою поведінку, вчинки (засіб зворотного зв'язку), і на основі отриманих знань змінювати свою поведінку.

Зміст програми:

Основною формою організації розвиваючого процесу формування емоцій є гра. Завдяки чудодійним властивостям гри можна довгий час підтримувати високу вмотивованість дітей, надавати корекційній роботі цілісність. Крім того гра має особисті емоційні властивості і здатна підсилювати емоції, які породжуються сенсорними стимулами, збагачувати їх відтінками, індивідуалізувати (застосовують технології арт-терапії: акватипія, глинотерапія, маско терапія).

Емоційна компетентність дошкільників – це їх готовність помічати й розуміти емоції інших людей та власні. Діти інтуїтивно дуже чутливі до емоційного стану та настрою близьких. На заняттях навчатимуться розрізняти емоційні стани оточуючих та власні – свідомо. Адже емоційна компетентність є основою не тільки соціальної компетентності людини, але й особистісної компетентності – здатності досягати своїх цілей, зберігаючи психофізичне благополуччя.

Під час занять діти вчаться поступово помічати, розуміти, приймати, конструктивно переживати й адекватно виявляти власні емоційні стани. З розвитком «емоційного словника» і вміння помічати експресивні ознаки емоційних станів намальованих персонажів діти вчаться самостійно позначати словом певний набір яскравих емоційних проявів людини.

Саме з метою розуміння емоційних станів інших людей і була створена корекційно – відновлювальна та розвивальна програма «Я та мої емоцій». Кожен з батьків хоче, щоб його дитина виросла врівноваженою, спокійною, задоволеною та щасливою людиною. Якщо дитину з дошкільного віку навчити керувати власними емоціями, позитивно мислити, вона буде більш підготовлена до дорослого життя, до того, щоб вирішувати свої життєві питання. Світ емоцій прекрасний та загадковий, саме через нього дитина пізнає реальність. Від того, який у дитини емоційний стан, залежить її світосприйняття та здатність об'єктивно оцінювати власні можливості та вчинки.

Комплекс тематичних занять, вправ та ігор програми спрямовані на:

- ◆ розширення уявлень дітей про такі емоції як: радість, сум, здивування, страх, образа, заздрість та вміння передавати різноманітні емоції, «приміряти» емоції та почуття різних героїв на себе, на розвиток міміки та пластики.

- ◆ розвиток уміння адекватно виявляти свої почуття розроблено з тією метою, щоб стимулювати дітей до володіння своїми емоціями і почуттями, навчити їх емоційної саморегуляції, що є однією з фундаментальних рис особистості.

Усі заняття проводяться в ігровій формі. На заняттях підтримується дружня атмосфера та зацікавлення дітей в успіхах одне одного. Запропоновані ігри та вправи допоможуть дітям навчитися розуміти індивідуальні особливості інших людей, розуміти емоційні реакції оточуючих, сприятимуть розвитку мови жестів, міміки і пантоміміки; розвинуть у дітей навички спілкування в різних життєвих ситуаціях з однолітками та дорослими.

Дуже важливим є залучення дитини до емоційної культури, що сприятиме формуванню емоційно-яскравої, морально багатого особистості, яка вміє володіти

своїми почуттями. Дітей необхідно навчати «мові емоцій», починаючи з опанування окремих емоцій, переданих за допомогою міміки, жестів, інтонації.

Технології програми.

Методика роботи програми заснована на поетапному включенні і синхронізації всіх сенсорних потоків через різні види стимулюючого впливу і, що особливо важливо, самостійної діяльності дитини. Під час проведення занять додатково використовуються такі технології:

ізо́терапия – терапія малюванням розкриває творчий потенціал дитини, сприяє формуванню правильного світогляду, дає можливість відчувати та зрозуміти самого себе, висловлювати свої почуття, позбутися негативних переживань минулого, розвиває чуттєво-рухову координацію, та вимагає узгодженої участі багатьох психічних функцій;

і́гротерапія- допомагає дитині висловлювати свої переживання найбільш прийнятним для неї чином через гру, проявити творчу активність у вирішенні складних життєвих ситуацій, модельованих в ігровому процесі, особливо це стосується дітей замкнених, сором'язливих, не комунікативних, в тому числі дітей з особливими освітніми потребами; сприяє створенню близьких стосунків між учасниками групи, допомагає зняти напруженість, підвищує самооцінку, дозволяє повірити в себе в різних ситуаціях спілкування;

казкотерапія - це метод в якому використовується казкова форма для інтеграції особистості дітей, розвитку творчих здібностей, розширення свідомості, вдосконалення взаємодії з навколишнім світом, сприяє розвитку внутрішнього світу;

кольоротерапія - впливає на настрій і загальний стан людини за допомогою сенсорного сприйняття кольорів;

музикотерапія - лікує звуками природи;

маско-терапія - розвиток навичок в розпізнаванні власних емоцій та емоцій інших людей, розвиток навичок саморегуляції свого емоційного стану, розвитку емпатійних переживань;

акватинія - сприяє розвитку уваги, уяви, творчої ініціативи, посидючості, ціленаправленості, охайності, бажання експериментувати, збагачує емоційну сферу;

куклотерапія - допомагає в усуненні хворобливих переживань у дітей, зміцнює психічне здоров'я, покращує соціальну адаптацію, розвиває самосвідомість, вирішує конфлікти в умовах колективної творчої діяльності;

релаксація-допомагає зміцнити та врегулювати психічне здоров'я.

Форми і методи роботи: психотерапевтичні ігри; вправи на м'язову релаксацію; етюди; тематичні бесіди; вправи, ігри на розширення сенсорного досвіду; комунікативні гри; ігри на формування вміння керувати своїм емоційним станом; метод спрямованої уяви; метод колірної діагностики (вибір кольору); прийоми арт-терапії.

Матеріальне забезпечення для реалізації програми: створена емоційна стіна; виготовлені ляльки з різними виразами обличчя:радість; сум; злість; страх; здивування; підготовлено підбірку музики для релаксації; підбірку терапевтичних та психокорекційних казок; придбаний дидактичний матеріал: сертифікована глина; акварельні фарби, гуаш, пензлики; кольорові воскові олівці; розроблено методичне забезпечення; перспективне планування; конспекти занять.

Програма розвитку емоційного інтелекту дітей старшого дошкільного віку розрахована на 8 занять по 20-25 хвилин:

- ◆ «Нумо знайомитись»;
- ◆ «Дружба починається з посмішки»;
- ◆ «Які ми?»;
- ◆ «Зігрітий теплом»;
- ◆ «Образа»;
- ◆ «Мені не страшно»;
- ◆ «Кольорове чудо»;
- ◆ «Настрій дня» (додаток Е).

Структура занять:

Вступна частина: (ритуал привітання), включає в себе ігри та вправи, що допомагають зняти психоемоційне напруження, розвинути комунікативні здібності та довіру до однолітків, позитивно налаштувати дітей на роботу, створення позитивної мотивації. *Ритуали привітання (прощання)* є важливим моментом роботи з дітьми, що дозволяє згуртувати їх, створити атмосферу групової довіри та прийняття, що у свою чергу, надзвичайно важливо для плідної роботи.

Основна частина: (ігри та вправи спрямовані на зняття психоемоційної напруги, розвиток комунікативних здібностей, формування позитивної емоційно-вольової стабільності, адекватної самооцінки, активізація та розвиток пізнавальної активності та пізнавальних процесів, сприяє зосередженню уваги дітей на співвідношенні характеру емоційної поведінки з її наслідками для оточуючих, корекція гіперактивності, тривожності, агресивності, розвиток дрібної моторики).

Заклучна частина: (релаксація, ритуал прощання).

Для успішної реалізації програми в старшій групі було створено «Емоційну стіну», де діти можуть на прикладі «Хмаринки-дівчинки» та «Хмаринки-хлопчика» розглядати, розрізняти різні емоції, настрій. З допомогою дзеркал, які розміщені на стіні, порівнювати та простежувати свою міміку. Для розвиткової роботи було придбано все необхідне обладнання та розроблене тематичне планування та конспекти занять.

Програма реалізується у гімназії №27 Кам'янської міської ради дошкільне відділення «Веселий вулик». Запорука успішної реалізації програми полягає в тісній співпраці психолога з адміністрацією, вузькими спеціалістами, педагогами та батьками.

Отже, виховання емоційно-зрілої особистості, її переживань і почуттів, починаючи з перших років життя, залишається важливим педагогічним завданням. Здатність до емоційних переживань проявляється одразу після появи

дитини на світ, а в період дошкільного дитинства вважається «золотим віком» емоційного життя.

Протягом перших шести років життя дитини закладається основа розвитку емоційно-почуттєвої сфери людини, що є запорукою її нормального психічного розвитку, гарантії зростання гармонійної особистості. Для повноцінного емоційно-ціннісного розвитку дошкільнят педагогам варто знати не тільки індивідуальні особливості розвитку кожної дитини, а й те, на що саме потрібно звертати увагу в кожному віковому періоді.

Процес усунення відхилень у емоційній сфері дошкільника важкий і тривалий. Однак систематична всебічна робота в цьому напрямку дає позитивні зрушення. Розвиваючи дитячі емоції, створюючи умови для отримання якомога більших емоційно-позитивних переживань дитиною в колективних іграх, спілкуванні, творчості, навчаючи дитину регулювати свою поведінку під впливом емоцій, знаходити оптимальний вихід із конфліктних ситуацій можна досягти того, що дитина з часом буде отримувати задоволення від спілкування з однолітками та дорослими, позитивні навички спілкування стануть звичкою, підвищиться віра дитини у свої сили, вона навчиться приймати і визначати рівність своїх однолітків.

3.2. Процедура та результати апробації корекційно-розвивальної програми

На основі отриманих результатів теоретичного та емпіричного дослідження було визначено психолого-педагогічні засоби формування емоційного інтелекту через ігрову діяльність у старших дошкільників:

- 1) становлення самооцінки (визнання того, що було витіснене, розвиток умінь усвідомлювати власні дії, особливості);
- 2) набуття навичок саморегуляції та самоконтролю (набуття навичок уважності та усвідомленості, контролю власних емоцій та поведінки, фокусування на моменті життя «тут і тепер», що становить базу емоційного інтелекту);

3) розвиток синтонності як результат адекватного сприйняття та розуміння емоційного стану оточуючих (відреагування психотравмуючих ситуацій, яке відбувається в експресивній (створення художнього продукту), а не рефлексивній формі – стимулює досягнення вивільнення і позбавлення від негативного досвіду, а також розвитку соціальної чутливості та здатності до регулювання стосунків);

4) формування здатності до емпатії (усвідомлення почуттів та потреб, вираження їх у формі прохання, глибоке емпатійне розуміння власних почуттів та потреб, емпатійне слухання почуттів і потреб інших).

Напрямок реалізації корекційно-розвивального впливу – від дитини до оточення, від внутрішнього до зовнішнього, від саморозуміння і набуття адекватного рівня самооцінки та навичок самоконтролю до розуміння інших, їх емоційного стану, способів самовираження, формування навичок позитивної взаємодії з іншими.

Означені техніки і методи роботи у групі сприяли актуалізації позитивних емоційних переживань, прояву проблемних моментів, які піддавались корекції, позитивний ефект якої посилювався умовами організації саме спільної діяльності дітей.

З метою перевірки ефективності запропонованої корекційно-розвивальної програми з загальної вибірки було виокремлено: *експериментальну та контрольну групи* (по 33 досліджуваних у кожній, з них: з низьким рівнем емоційного інтелекту було відібрано 8 дітей, з середнім рівнем розвитку емоційного інтелекту відібрано 25 дітей).

З метою визначення наявності/відсутності відмінностей між експериментальною та контрольною групою було застосовано U-критерій Манна-Уїтні, що є результативним навіть на малих вибірках і не накладає обмежень на розподіл випадкової величини. Отримані результати вказують на відсутність значущих відмінностей між ними за особистісними поведінковими проявами.

Ефективність апробованої корекційно-розвивальної програми

підтверджено шляхом порівняння даних експериментальної та контрольної групи з середнім та низьким рівнем емоційного інтелекту за допомогою Т-критерію Уїлкоксона (табл. 3.1.). Отримані результати засвідчують, що у досліджуваних експериментальної групи із середнім рівнем емоційного інтелекту суттєво підвищився рівень останнього за рахунок зниження таких емпіричних показників: агресивність, тривожність, імпульсивність, скритість і підвищення відкритості та впевненості. У досліджуваних з низьким рівнем емоційного інтелекту суттєво зросли показники відкритості, екстернальності, впевненості, проте залишились у діапазоні низьких значень.

Таблиця 3.1.

Статистично значущі відмінності у контрольній та експериментальній групах досліджуваних після проведення формувального експерименту.

№	Показники, що розвиваються/ корегуються	Групи досліджуваних			
		З середнім рівнем розвитку емоційного інтелекту		З низьким рівнем розвитку емоційного інтелекту	
		ЕГ	КГ	ЕГ	КГ
1	Агресивність	31,50↓, p=0,003	92,50, p = 0,641	5,00, p=0,249	7,50, p=0,075
2	Тривожність	51,50↓, p=0,008	76,50, p=0,285	33,50↓, p = 0,023	97,00, p= 0,333
3	Імпульсивність	53,50↓, p=0,008	41,00, p=0,470	5,00, p=0,249	7,50, p= 0,075
4	Скритість	12,00↓, p=0,004	58,00, p=0,228	00,00, p=0,066	41,00, p=0,470
5	Відкритість	28,50↑, p=0,007	92,50, p=0,641	95,50↑, p=0,486	140,50, p=0,939
6	Впевненість	50,00↑, p=0,040	32,00, p=0,061	31,00↑, p=0,097	00,00, p=0,068
7	Екстернальність	27,50↑, p=0,020	122,50, p=0,807	64,00↑, p=0,341	99,00, p=0,565

Значення показників, отримані у контрольних групах досліджуваних із середнім рівнем емоційного інтелекту, значущо не змінились.

Останнім часом з'явилося багато наукових досліджень, присвячених проблемі вивчення емоційності. Емоційний інтелект – це інтегративна особистісна властивість, яка зумовлюється динамічною єдністю афекту та інтелекту через взаємодію емоційних, когнітивних, конативних і мотиваційних особливостей і спрямована на розуміння власних емоцій та емоційних переживань інших, забезпечує управління емоційним станом, підпорядкування емоцій розуму, сприяє самопізнанню і самореалізації через збагачення емоційного і соціального досвіду.

Діагностика для відстеження результату:

- ◆ спостереження за поведінкою дітей в різні режимні моменти;
- ◆ тест тривожності Р.Теммл, М. Дорки, В.Амен. Методика «Вибери потрібне обличчя» [67, с.19].

Методика призначена для визначення рівня тривожності дитини дошкільного віку. Експериментальний матеріал – 14 малюнків, кожний з яких відображає певну типову для життя дошкільника ситуацію (додаток К). Кожний малюнок виконано у двох варіантах: для дівчинки та для хлопчика. Обличчя дитини не вимальоване, а лише контур голови. Кожний малюнок доповнений двома зображеннями дитячої голови, що за розмірами точно відповідає контурам обличчя на малюнку. На одному із двох зображень – усміхнене обличчя, на іншому – сумне. Малюнки демонструють дитині в чітко визначеному порядку один за одним. Бесіда відбувається в окремій кімнаті. Показуючи дитині малюнок, дослідник дає інструкцію.

Перейдемо до кількісного аналізу результатів дослідження. На підставі даних протоколу обчислюється індекс тривожності дитини (ІТ), що дорівнює процентному відношенню числа емоційно негативних виборів (сумне обличчя) до загального числа малюнків (14): $ІТ = (\text{число емоційних негативних виборів} / 14) * 100\%$.

Залежно від рівня індексу тривожності діти підрозділяються на 3 групи:

- ◆ високий рівень тривожності (ІТ вище 50%);
- ◆ середній рівень тривожності (ІТ від 20 до 50%);

◆ низький рівень тривожності (ІТ від 0 до 20%).

Якісний аналіз:

Кожна відповідь дитини аналізується окремо. Робляться висновки щодо можливого характеру емоційного досвіду дитини в даній і подібній ситуації. Особливо високе проєктивне значення мають малюнки: № 4 («Одягання»), № 6 («Укладання спати на самоті»), № 14 («Їжа на самоті»). Діти, які роблять в цих ситуаціях негативний емоційний вибір, найімовірніше будуть володіти найвищим індексом тривожності ІТ; діти, що роблять негативні емоційні вибори в ситуаціях, зображених на малюнках: № 2 («Дитина і мати з немовлям»), № 7 («Умивання»), № 9 («Ігнорування») і № 11 («Збирання іграшок»), з більшою ймовірністю будуть мати високий або середній індекс тривожності ІТ.

Як правило, *найбільший рівень тривожності* проявляється в ситуаціях, що моделюють стосунки «дитина-дитина»: «Гра з молодшими дітьми», «Об'єкт агресії», «Гра зі старшими дітьми», «Агресивний напад», «Ізоляція»). Значно **нижчий рівень тривожності** в малюнках, що моделюють стосунки «дитина-дорослий»: «Дитина і мати з немовлям», «Догана», «Ігнорування», «Дитина з батьками»), і в ситуаціях, що моделюють повсякденні дії («Одягання», «Укладання спати на самоті», «Умивання», «Збирання іграшок», «Їжа на самоті»).

Методика «Паровозики» [44, с.40].

Методика дозволяє визначити особливості емоційного стану дитини: нормальний чи знижений настрій, стан тривоги, страху, задовільну чи низьку адаптацію у новому чи звичному, соціальному середовищі. Направлена на визначення ступеня позитивного і негативного психічного стану. Застосовується індивідуально з дітьми від 2,5 років. Стимульний матеріал: білий паровозик та 8 різнокольорових вагончиків (червоний, жовтий, зелений, синій, фіолетовий, сірий, коричневий, чорний). Вагончики безладно розміщуються на білому тлі. Інструкція: «Розглянь всі вагончики, давай побудуємо незвичайний поїзд, першим постав вагончик, який тобі здається найкрасивішим, тепер вибери з найкрасивіших, що залишилися, і т.д.». Необхідно, щоб дитина утримувала всі вагончики у полі зору. Чим молодша дитина, тим частіше повторюється

інструкція, одночасно обводяться рукою вагончики, що залишилися. Фіксуються: позиція кольору вагончиків; висловлювання дитини.

Обробка даних:

1 бал надається, якщо дитина поставив вагончик фіолетового кольору на другу позицію; чорний, сірий, коричневий – на третю; червоний, жовтий, зелений – на шосту.

2 бали надається, якщо дитина поставив вагончик фіолетового кольору на першу позицію; чорний, сірий, коричневий – на другу; червоний, жовтий, зелений – на сьому, синій – на восьму.

3 бали надається, якщо чорний, сірий або коричневий вагончик поставлений на першу позицію; синій – на сьому; червоний, жовтий, зелений – на восьму позицію.

Якщо в результаті підсумовування отриманих даних, балів виявляється менше трьох, то психічний стан оцінюється як позитивний, при 4-6 балах як негативний психічний стан низького ступеня; при 7-9 балах – як низький психічний стан середнього ступеня; більше 9 балів – низький психічний стан високого ступеня. Оцінка результатів: 4 бали – позитивний психічний стан; 3 бали – негативний психічний стан низького ступеня; 2 бали – негативний психічний стан середнього ступеня; .1 бал - негативний психічний стан високого ступеня. Поряд із отриманим індивідуальним результатом можна визначити і загальний психологічний клімат у групі. Для цього визначається сума всіх позитивних психічних станів (а) та негативних психічних станів (б), різниця між ними ділиться на кількість дітей та множиться на 100 %.

Таким чином підводимо оцінку результатів: 70% досліджуваних мають високий рівень сприятливості психологічного клімату (СБПК); 69% середній рівень сприятливості психологічного клімату; 41,9% незначний рівень сприятливості психологічного клімату; 25% початковий ступінь несприятливого психологічного клімату (СНПК);

Анкета нервово-психічного розвитку дитини та її емоційних особливостей (А.В.Запорожець) (додаток Л) [31, с. 49].

Мета: визначити особливості нервово-психічного розвитку дітей та їх емоційного стану.

Очікувані результати:

- ◆ стабілізація емоційного стану дітей, підвищення самооцінки;
- ◆ вміння взаємодіяти в колі однолітків, керування своєю поведінкою;
- ◆ удосконалення емоційної чутливості;
- ◆ покращення психологічного клімату;
- ◆ зростання культури спілкування дітей з дорослими.

Критерії оцінювання результатів розвитку дитини за програмою дітей старшого дошкільного віку:

Високий рівень: з цікавістю вступає в контакт із дорослими і дітьми, вільно спілкується, ставиться з повагою до них, позитивно сприймає себе та інших; вміє адекватно реагувати на різні життєві ситуації; правильно розуміє власний емоційний стан та стан оточуючих; володіє та управляє власним емоційним станом; позитивно сприймає оточуючий світ; впевнений у собі, адекватно себе оцінює.

Достатній рівень: має навички спілкування з іншими дітьми, виявляє доброзичливе відношення до оточуючих; не завжди може передавати свої відчуття в мові, розслаблятися та звільнятися від напруги; не завжди враховує і поважає інтереси інших.

Середній рівень: потребує допомоги дорослого для встановлення дружніх стосунків з однолітками; намагається бути доброзичливим, але не завжди володіє та управляє власним емоційним станом; знає прояви основних емоцій.

Низький рівень: не вміє передавати свої емоції та почуття за допомогою конструктивних засобів; контакти з дітьми ситуативні, не може вийти зі складної ситуації без допомоги; не завжди може відстояти свої позиції; не вміє передати свої відчуття в мові, розслаблятися та звільнятися від напруги; не завжди розуміє емоційний стан оточуючих.

Системне впровадження програми на базі закладу дошкільної освіти дозволить покращити ситуацію, щодо зниження кількості дітей з порушеннями в розвитку емоційно-вольової сфери. Діти позитивно сприйматимуть оточуючий світ, адекватно сприйматимуть себе у контексті відносин з однолітками, вмітимуть знайти вихід у складній ситуації. Планування та реалізація заходів по профілактиці та корекції негативних проявів у соціальній та емоційно-вольовій сферах дозволить запобігти багатьом проблемам у становленні особистості дитини. Дана програма може бути рекомендована для впровадження в дошкільні навчальні заклади компенсуючого типу нашого міста та області для дітей, які потребують особливої психологічної уваги.

Узагальнений аналіз результатів дослідження свідчить про ефективність корекційно-розвивальної програми та доцільність її використання практичними психологами закладів дошкільної освіти.

«Емоційний інтелект» стає все більш популярним у науковому світі. Різні тлумачення аспектів цього поняття мали місце в усі часи при вивченні проблеми емоційної культури людини та суспільства. Таким чином, проблема емоційного інтелекту, незважаючи на те, що має практичну значущість, на сьогоднішній день залишається недостатньо дослідженою як у теоретичному, так і експериментальному плані, і потребує ґрунтовного наукового обґрунтування, яке буде перспективою наших подальших досліджень.

Висновок до розділу 3: В третьому розділі магістерської роботи нами було розроблено та апробовано програму розвитку емоційного інтелекту дітей старшого дошкільного віку з урахуванням визначених психологічних особливостей. Основною метою корекційно-розвивальної програми являється гармонізація й оптимізація рівня емоційного інтелекту дітей та перевірка психолого-педагогічних умов, його форм в умовах закладу дошкільної освіти.

Саме з метою розуміння емоційних станів інших людей і була створена корекційно – відновлювальна та розвивальна програма «Я та мої емоції». Якщо дитину з дошкільного віку навчити керувати власними емоціями, позитивно мислити, вона буде більш підготовлена до дорослого життя, до того, щоб

вирішувати свої життєві питання. Світ емоцій прекрасний та загадковий, саме через нього дитина пізнає реальність. Від того, який у дитини емоційний стан, залежить її світосприйняття та здатність об'єктивно оцінювати власні можливості та вчинки.

Системне впровадження програми на базі закладу дошкільної освіти дозволить покращити ситуацію, щодо зниження кількості дітей з порушеннями в розвитку емоційно-вольової сфери. Діти позитивно сприйматимуть оточуючий світ, адекватно сприйматимуть себе у контексті відносин з однолітками, вмітимуть знайти вихід у складній ситуації. Планування та реалізація заходів по профілактиці та корекції негативних проявів у соціальній та емоційно-вольовій сферах дозволить запобігти багатьом проблемам у становленні особистості дитини. Дана програма може бути рекомендована для впровадження в дошкільні навчальні заклади компенсуючого типу нашого міста та області для дітей, які потребують особливої психологічної уваги. Узагальнений аналіз результатів дослідження свідчить про ефективність корекційно-розвивальної програми та доцільність її використання практичними психологами закладів дошкільної освіти.

Таким чином, проблема емоційного інтелекту, незважаючи на те, що має практичну значущість, на сьогоднішній день залишається недостатньо дослідженою як у теоретичному, так і експериментальному плані, і потребує ґрунтовного наукового обґрунтування, яке буде перспективою наших подальших досліджень.

ВИСНОВКИ

В проведеному дослідженні нами було теоретично обрентовано та вивчено психолого-педагогічні засоби формування емоційного інтелекту у старшому дошкільному віці, розроблено та апробовано корекційно-розвивальну програму. Результати теоретико-емпіричного дослідження дали змогу сформулювати наступні висновки:

1. Аналізуючи теоретичні основи ми дійшли до висновку, що емоції охоплюють всі сфери життя людини. Від емоцій та почуттів залежить емоційний стан та настрої, а також діяльність яку виконує особистість. Тому важливо розуміти та усвідомлювати свої емоції та емоції інших. Розглядаючи сутність поняття емоційний інтелект, ми вияснили, що дане поняття можна трактувати як сукупність здібностей людини правильно усвідомлювати свої емоції та розуміти чужі емоції, керувати емоціями і регулювати емоції інших людей у відповідності до ситуації для вирішення певних задач. Також варто відмітити, що в структурі емоційного інтелекту входить такі поняття як емпатія, відповідальність, самосвідомість, самодисципліна, соціальні навички та інші.

Емоційний інтелект старшого дошкільника – це інтегративна здібність, яка проявляється у розумінні власних емоцій та емоцій інших, а також в умінні керувати ними. З-поміж сучасних наукових підходів до вивчення емоційного інтелекту найбільш відомими є концепція ЕІ Дж. Мейера, Д. Карузо і П. Саловея, концепція емоційного інтелекту Г. Гарднера, змішана модель ЕІ Р. Бар-Она, модель здібностей Дж.Меєра та П. Саловея та ін., суть яких зводиться до співвіднесення компонентів емоційного інтелекту з певною групою здібностей (когнітивних, соціальних, емоційних, особистісних тощо).

Емоційний інтелект дає змогу дітям глибше розуміти емоції людей, бути більш успішними у взаємовідносинах з друзями та близькими, розбиратися в проблемних ситуаціях, глибше розумітися у власних емоціях і почуттях, у причинах власних вчинків, бути цілеспрямованими та впевненими у своїх силах.

2. До чинників розвитку емоційного інтелекту відносяться: біологічні (домінування правої півкулі, властивості темпераменту, рівень емоційного інтелекту батьків тощо); соціально-педагогічні (емоційність педагога, атмосфера емоційного комфорту; емоційне спілкування в освітньо-розвивальному середовищі; взаємодія дітей, емоційність змісту матеріалу, що вивчається, наочність, яка збуджує почуття, емоції, комплекс вправ, завдань, які допомагають виявляти, розуміти, контролювати власні емоції та емоції інших).

Передумовами розвитку емоційного інтелекту у дошкільному віці є синтонність, саморегуляція та самооцінка, ступінь розвитку самосвідомості дитини, впевненість у своїй емоційній компетентності, емоційно благополучні відносини між батьками (соціальні) та переважаючий правопівкульний тип мислення, спадкові задатки емоційної сприйнятливості (біологічні).

Психолого-педагогічні передумови формування емоційного інтелекту старших дошкільників (унормування самооцінки; набуття навичок саморегуляції та самоконтролю; розвиток синтонності як результат адекватного сприйняття та розуміння емоційного стану оточуючих; формування здатності до емпатії) були покладені в основу корекційно-розвивальної програми «Я розумію себе, я розумію тебе», яка довела свою ефективність.

3. У ході емпіричного дослідження було визначено: особливості емоційного інтелекту старших дошкільників (домінування помірних рівнів розвитку емоційного інтелекту зі спрямованістю на світ людей, готовності до співпереживання, піклування про іншого, орієнтації на себе), особистісні поведінкові прояви (прагнення до домашнього захисту, егоцентризм, тривожність, демонстративність, агресивність); характерні поведінкові прояви у дітей з різними рівнями емоційного інтелекту: відкритість, обережність, прагнення до лідерства – у дітей з високим рівнем емоційного інтелекту, тривожність, імпульсивність та агресивність – у дітей з низьким рівнем емоційного інтелекту, імпульсивність, прагнення до самотності, інтровертованість – у дітей з середнім рівнем емоційного інтелекту.

Систематизація та узагальнення результатів теоретичного та

емпіричного дослідження особливостей формування емоційного інтелекту у дітей старшого дошкільного віку дають підстави зробити такі висновки. Емоційний інтелект старшого дошкільника – це особлива інтегративна здібність, яка проявляється у розумінні власних емоцій та емоцій інших, а також в умінні керувати ними.

4. Розроблена та апробована корекційно-розвивальна програма розвитку емоційного інтелекту дітей старшого дошкільного віку з урахуванням визначених психологічних особливостей. Отримані результати засвідчують, що у досліджуваних експериментальної групи із середнім рівнем емоційного інтелекту суттєво підвищився рівень останнього за рахунок зниження агресивності, тривожності, імпульсивності, скритості та підвищення відкритості, впевненості. У досліджуваних з низьким рівнем емоційного інтелекту суттєво зросли показники відкритості, екстернальності, впевненості, проте залишились у діапазоні низьких значень. Контрольний зріз із подальшим застосуванням Т-критерію Вілкоксона для порівняння отриманих показників у експериментальних і контрольних групах виявив, що у досліджуваних експериментальної групи: із середнім рівнем емоційного інтелекту суттєво підвищився рівень останнього за рахунок зниження агресивності, тривожності, імпульсивності, скритості та підвищення відкритості, впевненості. У досліджуваних з низьким рівнем емоційного інтелекту суттєво зросли показники відкритості, екстернальності, впевненості, проте залишились у діапазоні низьких значень. Отримані результати доводять правильність визначених умови та ефективність корекційно-розвивальної програми.

Проведене наукове дослідження не вичерпує усіх аспектів вирішення проблеми обґрунтування психолого-педагогічних умов формування емоційного інтелекту через ігрову діяльність у дітей старшого дошкільного віку.

СПИСОК ВИКОРИСТАНИХ ДЖЕРЕЛ

1. Абрамова Г.С. Введення в практичну психологію. Київ, 2014. 237 с.
2. Аверін В.А., Дандарова Ж.К. Психологія людини від народження до смерті Дитина. Дитинство. Юність. Дорослість. Старість. Харків, 2013. 411 с.
3. Андрєєва І.М. Емоційний інтелект: дослідження феномена. Питання психології. 2006. № 3. С. 78-86.
4. Андрєєва І.М. Емоційний інтелект як парадокс сучасної психології. Київ, 2011. 388 с.
5. Атемасова О. О. Проблеми розвитку та корекція емоційної сфери. Харків, 2010. 176 с.
6. Бадуліна Є. І. До проблеми наступності дошкільної та початкової освіти. Початкова школа. 2012. №1. С. 101-104.
7. Березюк Г. Емоційний інтелект як детермінанта внутрішньої свободи особистості. Психологічні студії Львівського ун-ту. С. 20–23.
8. Берн Е. Ігри, в які грають люди. Люди, які грають в ігри. Одеса: Лист- Нью; Центр загальнолюдських цінностей. 2017. 336 с.
9. Білопільська Н. Л. Абетка настроїв: розвиваюча емоційно-комунікативна гра для дітей 4-10 років. Одеса, 2013.
10. Божович Л. І. Особистість та її формування у дитячому віці. Київ, 2018. 398 с.
11. Буре Р.С. Готуємо дітей до школи. Харків, 2017. 96 с.
12. Вальдамірова О. П. Емоційна сфера дошкільника та її корекція. Освіта Донбасу. 2013. № 4. С. 61-66.
13. Виготський Л. С. Педагогічна психологія. Львів, 2011. 220 с.
14. Виховання дітей у старшій групі дитсадка. Харків, 2011. 256 с.
15. І.В. Дубровіна Вікова та педагогічна психологія. Київ, 2019. 320 с.
16. Власова О.І. Психологія соціальних здібностей: структура, динаміка, фактори розвитку. Київ, 2005. 308 с.

17. Водолазська Т.В. Формування емоційного благополуччя дітей дошкільного віку. Постметодика. 2014. № 6. С. 26-31.
18. Гоулман Д. Емоційний інтелект. Кривий Ріг, 2019. 478с.
19. Давидова Ю. В. Емоційний інтелект: сутнісні ознаки, структура та особливості прояву в дошкільному віці: автореф. дис. канд. псих. наук. Київ, 2011. 20 с.
20. Дерев'янка С.П. Актуалізація емоційного інтелекту в емоціогенних умовах. Соціальна психологія. 2018. № 1. С.96-104.
21. Велієва С.В. Діагностика психічних станів дітей дошкільного віку: Навчально-методичний посібник. Київ, 2015. 112 с.
22. Дружинін В.М. Метафоричні моделі інтелекту. Психологічний журнал, 2019. № 6. С. 44-52.
23. Дуткевич Т.В. Загальна психологія: (Конспект лекцій): Навч. посіб. для студ. вищ. навч. закл. Кам'янець-Подільський держ. педагогічний ун-т. Кафедра психології. Кам'янець-Подільський, 2012. 96с.
24. Емоційний інтелект: психодіагностика. Психологія 2018. № 23-24. С. 30-48.
25. Кабанник З.В., Остапенко А.С., Гриценко О.М., Шинкевич О.В. Емоційно-моральний розвиток старших дошкільників. Харків, 2013. 191 с.
26. Дошкільний навчальний заклад: журнал №3 березень, 2018р. 48с.
27. Молодушкіна І.В. Загадковий світ емоцій. Розвиток емоційної сфери дошкільників Харків, 2011. 207с.
28. Вісник Харківського національного педагогічного університету імені Г.С.Сковороди. Психологія. Заріцька В.В. Вікові передумови розвитку емоційного інтелекту особистості (дошкільний і шкільний періоди). Харків 2011. №38. С. 35-53.
29. Заріцька В.В. Розвиток емоційного інтелекту у контексті компетентісно спрямованої освіти. Компетентісно спрямоване освіта: перший досвід, порівняльні підходи, перспективи : матер. Всеукр. наук.практ. конф. (м.

Київ, 28 квітня 2011). Київ, 2011. 92 с.

30. Захаров А.І. Як допомогти нашим дітям позбутися страху. Харків, 2015. 212с.

31. Ізотова Є.І., Никифорова Є.В. Емоційна сфера дитини. Теорія та практика. Київ, 2014. 288 с.

32. Калошин В. Ф. Вплив емоцій на ефективність навчального процесу (теорія та практика). Практична психологія та соціальна робота. 2018 № 1. С.70-74.

33. Колтунович Т. О., Поліщук О. М. Особливості емоційного інтелекту у майбутніх вихователів. Молоді вчення. 2018. №4. С. 218-227.

34. Куценко Я.М. Емоційний інтелект: проблеми діагностики. Проблеми сучасної психології. 2011. №14. С. 417-426.

35. Кучеренко Ж. Емоційний інтелект дошкільників: шляхи розвитку. Вихователь-методист дошкільного закладу. 2016. № 7. С. 54-59.

36. Лібін А. В. Диференціальна психологія: На перетині європейських, українських та американських традицій. Київ, 2010. 549 с.

37. Логінова Т. В. Емоційний інтелект - основа людства. Педагогічна майстерня: науково-методичний журнал. 2019 №1. С. 30-33

38. Люсін Д. В. Опитувальник на емоційний інтелект. Практична психологія та соціальна робота. 2010. №12. С. 39-48.

39. Лящ О. П. Детермінанти та можливості формування емоційного інтелекту особистості. Науковий журнал Національного педагогічного університету імені М. П. Драгоманова. Серія 12: Психологічні науки. Випуск 1. С. 210-216.

40. Максименко С. Готовність дитини до навчання. Київ, 2013. 112 с.

41. Манілюк Ю. Оптимальна модель педагогічної взаємодії в дитячому садку. Дошкільне виховання. 2012. №8. С. 11-15.

42. Мешко Г.М. Емоційне благополуччя дітей в дитячому садочку. Наукові записки. Серія: Педагогіка. 2021. №4. С. 52 – 59.

- 43.** Моргун В.Ф. Емоційний інтелект у багатовимірній структурі особистості. Постметодика. 2019. № 36. С.2-15.
- 44.** Найчук В. В. Психологічні особливості емоційного інтелекту дошкільників. Науковий вісник Херсонського державного університету. Серія: Психологічні науки. 2015. №3. С. 76-80.
- 45.** Нгуєн М. А. Діагностика рівня розвитку емоційного інтелекту старшого дошкільника. Дитина в дитячому садку. 2018. № 1. С. 83-85.
- 46.** Нгуєн М. А. Психологічні причини виникнення емоційного інтелекту у старшому дошкільному віці. Культурно-історична психологія. 2017. Том 3. № 3. С. 46-51
- 47.** Носенко Е.Л. Емоційний інтелект: концептуалізація феномену, основні функції Київ, 2013. 126 с.
- 48.** Носенко Є. Л. Емоційний інтелект як соціально значуща інтегральна властивість особистості. Психологія та суспільство. 2014. № 4. С. 95-109.
- 49.** Онищук Л. Емоційне здоров'я. Уміння керувати емоціями: тренінг. Дошкільна освіта. 2018 № 6. С. 13-15.
- 50.** Орме Р. Емоційне мислення як інструмент досягнення успіху. Кривий Ріг, 2013. 272 с.
- 51.** Панфілова М. А. Графічна методика «Кактус». Обруч. 2010. № 5. С. 12-13.
- 52.** Прокопенко В. Розвиток інтелектуальних здібностей та емоційного інтелекту засобами навчальних проєктів. Дошкільна освіта. 2018. № 2. С. 30-32.
- 53.** Прусакова О. А., Сергієнко О. А. Розуміння емоцій дітьми дошкільного віку. Питання психології. 2016. № 4. С. 24-35.
- 54.** Байєр О.М. Психолого-педагогічний супровід освітнього процесу в дошкільному навчальному закладі. Запоріжжя, 2008. 280с.
- 55.** Розвиток комунікативних здібностей дітей. Психологія 2016. №37.

- 56.** Савченко Ю.Ю. Розвиток емоційного інтелекту дітей старшого дошкільного віку. Освіта та розвиток обдарованої особистості. 2017. №12. С. 12-16.
- 57.** Соціальний та емоційний розвиток малят. Психологія 2015. № 12.
- 58.** Стайн Д. Мова інтелекту. Київ, 2006. 352 с.
- 59.** Тест тривожності (Р.Темпл, М.Дорки, В.Амен) / Дерманова І.Б. Діагностика емоційно-морального розвитку. Київ, 2002. С.19-28.
- 60.** Тимофеева Т. Розвиток емоційного інтелекту дитини - шлях до успіху. Соціальний педагог.2016 №2. С. 60-63.
- 61.** Фаустова І.В. Особливості емоційного інтелекту дітей старшого дошкільного віку. Казанський педагогічний журнал. 2019. № 4. С. 66-70.
- 62.** Філіпова І. Емоційний інтелект як засіб успішної самореалізації / І. Філіпова // Соціальна психологія : Український науковий журнал. 2017. № 4. С. 68-79.
- 63.** Фір С. Що таке емоційний інтелект і як його розвивати на музичних заняттях? Музичний керівник. 2019 № 10. С.20–25.
- 64.** Чарівний світ емоцій: гурткова робота. Старший дошкільний вік./ С.М.Ванжа, О.В.Малікова – Харків, 2015. 112с. (Серія «Сучасна дошкільна»).
- 65.** Шпак М. Емоційний інтелект в контексті сучасних психологічних досліджень / М. Шпак // Психологія особистості. 2011.С. 28
- 66.** Шпак М. Розуміння емоцій старшого дошкільника як структурна складова емоційного інтелекту. Проблеми гуманітарних наук. 2019. №37. С. 188-199.
- 67.** Шуневич О. Розвиток емоційного інтелекту дітей: лінгводидактичний аспект. Дошкільна освіта. 2020. № 6. С. 2–6.

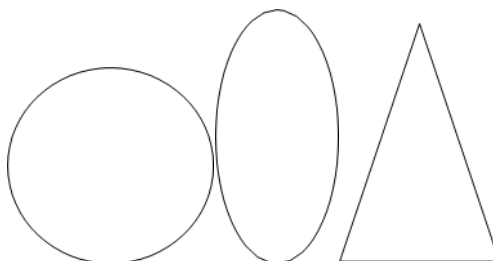
ДОДАТКИ

«Додаток А»

Проективна методика «Домальовування: світ речей – світ людей – світ емоцій» (М. А. Нгуен)

Мета: виявити емоційну орієнтацію дитини – на світ речей або на світ людей.

Матеріали: аркуші паперу із зображеннями геометричних фігур, олівець.



Інструкція: психолог пропонує дітям за 15 хвилин додати(домалювати) до фігур будь-які деталі, щоб вийшли малюнки зі смислом.

Обробка результатів: 0 балів домальовування відсутнє; зображений предмет або тварина; 1 бал зображено людське обличчя; 2 бали зображена людина (виражено її емоційний стан або вона зображена в русі).

Рівень розвитку емоційного інтелекту:

- низький: 0 балів;
- середній 1–2 бали;
- високий: 3–6 балів

«Додаток Б»

Проективна методика «Три бажання» (М. А. Нгуен)

Мета: Виявити емоційну орієнтацію дитини на себе або на інших людей.

Матеріали: аркуші паперу, кольорові олівці.

Інструкція. «Уявіть собі, що золота рибка може виконати три бажання. Що б ви побажали? Намалюйте!».

Обробка результатів: 0 балів малюнок відсутній; 1 бал малюнок пов'язаний бажанням «для себе»; 2 бали малюнок пов'язаний з бажанням «для інших людей».

Рівень розвитку емоційного інтелекту:

- низький: 0 – 3 бали;
- середній: 4 бали;
- високий: 5–6 балів

Після закінчення малювання з дітьми проводиться бесіда для з'ясування характерних бажань.

Додаток В»

Методика «Що – чому – як» (М. А. Нгуен)

Мета: Виявити ступінь готовності дитини враховувати емоційний стан іншої людини, співпереживати, піклуватися про неї.

Інструкція: «Зараз я прочитаю вам розповідь. Ваше завдання: слухати уважно, а потім відповісти на мої запитання».

Текст для дівчат: «Мене звати Аня. Я навчаюсь в першому класі. У мене є старша сестра Таня. Одного разу ми їхали на машині і потрапили в аварію. Ми були легко поранені. У Тані була зламана права рука, але вона скоро зажила. А у мене на обличчі була глибока подряпина, і через місяць залишився шрам. Шрам невеликий, але все ж хлопці в школі його помічають, особливо хлопчик на ім'я Вова. Вова лідер серед хлопців. І ви знаєте, він та його друзі стали наді мною сміятися. Мені було дуже прикро. Я навіть не хотіла більше ходити в школу. Таня дізналася про це. Днями я все-таки як завжди пішла в школу з Танею. Біля входу стояв Вова з друзями. Побачивши мене, вони почали про щось шепотітися і сміятися. Моя сестра відразу підійшла до них і щось сказала Вові. Я стояла далеко від них, тому нічого не чула. Я тільки знаю, що саме після розмови з Танею Вова і його друзі перестали наді мною сміятися. Я пишаюся тим, що я - молодша сестра Тані і тим, що у мене є старша сестра, яка завжди мені допоможе. Але я до сих пір не знаю, що ж Таня сказала Вові і хлопцям. Як ви думаєте, що вона їм сказала? »

Текст для хлопців: «Мене звати Антон. У мене є старший брат Юра. Нещодавно я почав вчитися кататися на велосипеді. Перший час я часто падав, і сусідські хлопчики з мене сміялися. Мені було дуже прикро. Я навіть хотів закинути велосипед. Але Юра вирішив мені допомогти. В один прекрасний день ми з Юрою вийшли покататися на велосипеді. Там нас побачили хлопці. Вони почали про щось шепотітися і сміятися. Мій старший брат відразу підійшов до них і щось сказав. Я стояв далеко від них, тому нічого не чув. Я тільки знаю, що саме після розмови з Юрою хлопчики перестали наді мною сміятися. Я

пишаюся тим, що я молодший брат Юри і тим, що у мене є старший брат, який завжди мені допоможе. Але я до сих пір не знаю, що ж Юра сказав хлопцям. Як ви думаєте, що він їм сказав? »

Обробка результатів. Дитина, відповідаючи на питання психолога, повинен вирішити певну проблему, пов'язану з відносинами між дітьми, їх оцінкою ситуацій і розумінням емоційних станів інших людей. Відповіді оцінюються за трьох бальною шкалою (відповідно до критеріїв, які використовуються в тесті Д. Векслера). Що Таня (Юра) сказала (сказав) хлопцям?

0 балів – дитина не відповідає або дає такі варіанти відповіді: «Не смійтеся», «Що ви робите?», «Як вам не соромно».

1 бал – «Старша сестра (старший брат) погрожувала (погрожував) хлопцям;

2 бали – конструктивне рішення проблеми.

Варіанти конструктивного рішення: старша сестра/брат просить хлопців залишити молодшу сестру/брата в спокої, інакше вона/він поскаржиться вчителям і батькам; старша сестра/брат пояснює хлопцям що так робити не можна, що це погано; старша сестра/брат пояснює хлопцям проблему своєї молодшої сестри/ брата і наполягає на тому, щоб хлопці припинили над нею/ним сміятися. **«Чому Таня (Юра) так вчинила (вчинив)?»**

0 балів – дитина не розуміє питання.

1 бал – «Щоб не сміялися»; «Щоб не кривдили».

2 бали – «Люди відчують себе погано, якщо над ними сміються».

«Як би ти вчинив (а) в такій ситуації?»

0 балів – відповідь відсутня;

1 бал – «Треба попросити дорослих поговорити з кривдниками»;

2 бали – дитина сама приймає рішення, спираючись на свої почуття та почуття ображеної людини.

Рівні розвитку емоційного інтелекту: низький: 0–2 бали; середній:

3–4 бали; високий: 5–6 балів.

«Додаток Г»

Методика «Емоційна ідентифікація» (О. Ізотова)

Діагностична спрямованість: особливості емоційного розвитку (когнітивно-афективних компонентів) дітей дошкільного віку.

Інструкція: Зараз я тобі буду говорити (диктувати) різні слова, а ти про кожне слово що-небудь намалюєш. Слів буде багато, їх треба розмістити на одній стороні аркуша, на іншій стороні малювати не можна. Постарайся запам'ятати ті слова, які я буду говорити (диктувати).

Стимульний матеріал: 12 слів-понять, що позначають різні емоційні стани (емоції і почуття): радість, страх, сум, сором, злість, образа, здивування, любов, заздрість, ревність, дружба, презирство. **Технічний матеріал:** аркуш паперу (А4), кольорові олівці, простий олівець.

Процедура проведення: після кожного зображення необхідно запитати у дитини, що він намалював і як він розуміє сказане психологом слово-поняття. Все сказане дитиною фіксується разом з порядковим номером зображення. По завершенні процедури діагностики малюнок відкладається в сторону і психолог переходить до інших діагностичних заходів. До малюнку рекомендується повернутися не менше ніж через 15-20 хвилин.

Інструкція до відтворення: а тепер постарайся згадати ті слова, які я тобі казав/диктував. Всі відтворені дитиною слова-поняття фіксуються, стимулюючи спогад навідними питаннями.

Інтерпретація: уявлення про емоції інтерпретуються на основі зображень і вербальних описів певних емоційних реакцій і відносин, що виражають когнітивне розуміння емоційного процесу та ступінь його диференційованості.

Образна форма розумової діяльності характеризується кодуванням понять через емоційну ситуацію (сюжет, персонажі). **Схематична форма** розумової діяльності характеризується кодуванням понять через

експресивний еталон - піктограму мімічних або пантомімічних ознак. **Знакова форма** розумової діяльності характеризується кодуванням понять через буквене, цифрове позначення емоцій, а також через різні системи знаків (геометричні фігури, знаки руху та ін.). **Образно-символічна форма** розумової діяльності характеризується кодуванням понять через символ емоції: елемент експресії (усмішка, очі зі сльозами, відкритий рот), предмет-атрибут емоціогенної ситуації(носовичок), об'єкт-стимул емоціогенної ситуації (змія, цукерка).

Порівнева диференціація адекватності кодування для дошкільного

віку:

високий рівень: адекватне кодування і вербалізація 9-10 емоційних модальностей;

середній рівень: адекватне кодування і вербалізація 6-8 емоційних модальностей, незначні труднощі в деяких емоціях;

низький рівень: адекватне кодування і вербалізація 3-6 емоційних модальностей, недиференційованість емоцій за змістом і проявом (здивування, страх, гнів).

«Додаток Д»

Проективна методика «Кактус» М. О. Панфілової

Мета: дослідження емоційно-особистісної сфери дитини, виявлення наявності агресії, її направленості і інтенсивності. Методика призначена для роботи з дітьми старше 3 років.

Матеріали: аркуш паперу форматом А4, простий олівець, кольорові олівці.

Інструкція: «На аркуші паперу намалюй кактус – таким, яким ти його собі уявляєш».

Запитання для уточнення інтерпретації:

Цей кактус домашній або дикий?

Цей кактус сильно колеться? Його можна помацати?

Кактусу подобається, коли за ним доглядають, поливають,удобрюють?

Кактус росте один або з якою-небудь рослиною по сусідству? Якщо зростає з сусідом, то, яка це рослина?

Коли кактус підросте, то, як він зміниться (голки, обсяг, відростки)?

Агресивність – наявність голок, особливо їх велика кількість. Сильно стирчать, довгі, близько розташовані один до одного голки відображають високий ступінь агресивності.

Інтерпретація результатів:

Імпульсивність – уривчасті лінії, сильний натиск.

Егоцентризм, прагнення до лідерства – великий малюнок, розташований в центрі листа.

Екстраверсія – наявність виступаючих відростків в кактусі, химерність форм, наявність на малюнку інших кактусів або квітів.

Інтроверсія – розташування зигзагів по контуру або всередині кактуса.

Наявність западин і вгинань свідчить про скритність, такий малюк говорить

куди менше, ніж знає.

Оптимізм – зображення «радісних» кактусів, використання яскравих кольорів у варіанті з кольоровими олівцями.

Тривога – переважання внутрішнього штрихування, переривчасті лінії, використання темних кольорів у варіанті з кольоровими олівцями.

Прагнення до домашнього захисту, почуття сімейної спільності – наявність квіткового горщика на малюнку, зображення домашнього кактуса.

Відсутність прагнення до домашнього захисту, почуття самотності – зображення дикоростучого, пустельного кактусу.

Чим яскравіший кактус – тим більш життєрадісним є досліджуваний. Якщо ж він похмурий і в малюнку переважають темні тони – значить, необхідно якщо не бити на сполох, то хоча б дізнатися причину.

Розміщення на аркуші. Малюнок у центрі означає нормальний рівень самооцінки, відсутність незадоволеності своїм становищем і якихось особливих домагань. Чим сильніше малюнок зрушується вгору, тим вища самооцінка, і відповідно, чим нижче малюнок – тим менше впевненості в собі. Зрушення вліво означає – присутність в характері рис інтроверта, вправо – схильність до екстраверсії.

Характеристика ліній і сили натиску на олівець. Тут слід зазначити, що чим сильніший натиск на олівець, уривчастість ліній, використання внутрішнього штрихування, тим більше автор малюнку схильний до імпульсивності, тривожності, пригніченості настрою. Більш тонкі лінії, певна «легкість» натиску, вільність ліній в малюнку, присутність елементів, що додають кактусу привабливість, позитив, що викликають симпатію говорять про більш поступливий, м'який характер особистості, почуття гумору, позитивний настрій, відкритість. Наявність зигзагів, різких виступів розглядається як замкнутість, обережність. Необхідно звернути увагу безпосередньо на форму кактуса. Хитромудра, химерна і вітіювата форма говорить про демонстративність.

«Додаток Е».

Заняття 1: «Нумо знайомитись»

Мета: встановлення позитивного контакту дітей і вихователя, дітей між собою. Розвивати уміння спільної діяльності, вміння співпереживати.

Матеріал: клубок ниток.

Хід заняття:

Привітання «Здрастуйте, малята!» (3 хв.)

Діти, ставши в коло, тримаються за руки і, усміхаються, вітаються один з одним, кажучи «Доброго дня!» і називають своє ім'я. Вправу повторюємо ще один раз, але в іншому напрямку. Таким чином ми зможемо передати наші посмішки і привітання по колу.

Гра «Клубочок» (10 хв.)

- Діти, робимо з вами коло і сідаємо на килимок.
- Подивіться, що це в мене у руках? (Клубок).
- Все, що ми з вами говоримо – це тоненькі ниточки, що нас пов'язують. Я задам питання Юрчику і передам йому тим самим клубочок. Юра відповівши на питання, залишить краєчок ниточки у себе та передасть клубочок далі. Так ми станемо одним великим цілим.

Вихователь може допомагати дитині з відповіддю, але в такому разі клубок повертається до нього. Вихователь може наглядно спостерігати, у кого з дітей найбільше труднощів у спілкуванні.

Приклади запитань:

- Скільки тобі років?
- Чи велика в тебе сім'я? Як звати маму і тата?
- У що ти любила грати?

– Який твій улюблений мультик?

– На кого ти хочеш бути схожим?

Гра «Вітерець дує на...» (10 хв.)

Вихователь говорить: «Вітерець дує на того, у блакитні очі». *(Діти з блакитними очима швиденько групуються в заданому місці, наприклад, біля шафи з іграшками).* Далі вихователь продовжує завдання:

– Вітер дує на того, у кого є котик вдома.

– Хто полюбляє спати в садочку.

– Хто був у цирку.

– У кого є брат чи сестра.

Вправа «Сонечко» (5 хв.)

Діти всі встають навшпиньки, ручками тягнуться вгору до сонця. Воно тепле, гріє їх своїми промінчиками та посміхається їм у відповідь. Сонечко має подарунок для кожного – сонячного зайчика, весела іграшка для дітлахів. Нам тепло та весело. Сонечко наш друг.

Прощання «Бувай!» (2 хв.)

Діти стають у коло, беруться за руки і кажуть: «До зустрічі!»

Заняття 2

Дружба починається з посмішки

Мета: створення позитивної емоційної атмосфери. Формувати звичку посміхатися один одному, говорити приємні, теплі слова, відчувати настрій іншого.

Матеріал: музичний запис для релаксації.

Хід заняття:

Привітання «Здрастуйте, малята!» (3 хв.)

Гра «Посмішка – початок дружби» (5 хв.)

– Діти, чи є у вас подружки чи друг? Розкажіть мені, кого ви називаєте друзями? *(відповіді дітей)*.

– У дружби є початок, як ви думаєте, з чого ж вона починається? Відкрию вам великий секрет – з посмішки!

– Посміхніться мені щиро! *(Вихователь розказує дітям, що сміятися та посміхатися – це різні поняття)*.

– Якщо ви подаруєте свою посмішку комусь, йому неодмінно стане приємно та тепло на душі. Давайте спробуємо! Поверніться до свого сусіда, візьміть їх за руки та лагідно усміхніться *(тренінг)*.

Гра «Компліменти» (10 хв.)

Ви молодці, але щоб вашим друзям стало ще приємніше, ми можемо говорити їм компліменти. Комплімент – це те, що порадує вашого друга, щось приємне в його сторону *(вихователь наводить декілька прикладів)*:

– У відповідь на комплімент кажуть: «Мені дуже приємно».

– Діти, хто хоче Юрчику сказати комплімент? Іванці?

– Коли кажеш приємний комплімент, не забувайте посміхатися *(діти*

виконують вправу, намагаються підшукувати теплі слова для своїх друзів, вихователь може допомагати).

Народна мудрість: «Одне приємне слово наче сад цвіте». (тлумачення даного прислів'я).

Гра «Доторкнись до...» (5 хв.)

Я знаю, що ви любите гратися. Слухайте уважно правила нашої гри: коли я скажу «доторкнись до світлого волосся Настусі, ви маєте відшукати та торкнутися його, промовляючи до дівчинки « Ми тебе любимо». Потім я оберу когось іншого, і ми повторимо нашу гру ще раз.

Обговорення наприкінці заняття:

– Діти, так з чого починається дружба?

– Ми стали справжніми друзями, а все тому, що ви мені щировсміхнулися. Тож завжди пам'ятайте про чудо-посмішку.

Вправа на релаксацію (5 хв.)

– Ми гарно потрудилися, були дуже веселі, тому зараз хвилиночка релаксу: «Повіки спатки хочуть, заплющуються очі, ми тихо засинаємо, у сон ми поринаємо».

Прощання «Бувайте!» (2 хв.)

Заняття 3.

Які ми?

Мета: розвивати вміння дітей бачити позитивні риси в собі та в інших. Формувати позитивну самооцінку, почуття власної неповторності та особистісної значущості.

Обладнання: «Чарівна скринька» з дзеркалом, м'яч, музичний запис.

Хід заняття:

Привітання «Доброго дня!» (3 хв.)

Гра-бесіда «Розповідь про себе» (10 хв.)

Вихователь підкидає м'яч та ставить питання, до того хто зловить м'яч: яку казку ти любиш найбільше? який колір твій улюблений? як звати маму і тата? як звати твого друга? ти любиш грати у футбол? який мультик ти любиш дивитися? ти маєш довге чи коротке волосся? ви всі настільки різні та цікаві, кожного з вас можна слухативічність.

Ви не схожі один на одного, і це чудово!

Вправа «Найголовніша людина» (5 хв.)

Діти, у мене в скриньці захована «найважливіша» для вас людина. Хочете дізнатися хто ж це? Діти із цікавістю зазирають у неї... а там дзеркало, де ті бачать власні відображення. Вихователь наголошує «Ви найголовніші люди для себе». Розкажіть зараз про себе:

- Чи схожі ви зовні? (колір очей та формою носиків...);
- Що ж у вас різного?
- Ким ви хочете бути в майбутньому?

Гра «Кухня» (5 хв.)

Діти стають у коло, ніби створюють уявну миску. Вихователь дає завдання приготувати салат. Всі учасники думають яким інгредієнтом вони хочуть бути. Вихователь оголошує компонент, який кладемо в нашу страву, хто почув свою назву, забігає в «миску». Гру можна повторити кілька разів.

Етюд «Підсніжник» (5 хв.)

Весна. Пригріло сонечко. З-під снігу видніються маленькі квіточки-підсніжники. Вони віднімають свої голівки до сонечка, немов би прокидаються після довгого зимування.

Вправа прощання «Бувайте!» (2 хв.)

Заняття 4

«Зігрітий теплом».

Мета: розвивати чутливість до емоційного стану інших. Виховувати любов та емпатію, вміння турбуватися про інших.

Обладнання. Рисунки різних предметів; аудіозапис.

Хід заняття: Привітання «Здрастуйте, малята!» (3 хв.)

Бесіда «Зігрітий теплом» (10 хв.)

По дорозі в садочок, діти, я зустріла маленьке злякане кошеня, яке сиділо на узбіччі зовсім одне. Погода надворі була дуже погана, йшов дощ, і котик промок.

Чи стали б ви допомагати котику? Як?

А якщо б ви були на місці кошенятка?

Як ви думаєте, чому котик сидів сам на вулиці?

Чи правильно те, що люди часто викидають тих тварин, яких приручили раніше?

Чому вони так роблять?

Як би ви тебе почували, якщо б вас залишили на вулиці?

Які б думки були у вас, якщо б вам ніхто не допоміг в такій ситуації?

Як ви почуваетесь, коли про вас турбуються, люблять ?

Пам'ятайте: тварини живі!

Етюд «Нагодуй кошеня» (5 хв.)

Діти, я пропоную вам погодувати котика, якого ми зустріли на узбіччі, після цього приголубимо його, зігріємо власним теплом наших ручок та створимо атмосферу безпеки та тепла для маленького котика.

Гра «Щасливі предмети» (5 хв.)

Вихователь ділить дітей на декілька груп та роздає кілька картинок із зображеннями предметів (стіл, м'яч, квітка тощо). Діти мають продемонструвати сценку, що треба зробити, щоб цей предмет став щасливим. Наприклад, квітка стане щасливою, якщо її полити...

Сценка показується за допомогою рухів, жестів. Інші в групі мають відгадувати, що саме мають на увазі діти, що виступають.

Вправа «Котик» (5 хв.)

Лунає мелодія, діти лежать на килимку і уявляють як котик: насолоджується сонячним теплом; прокидається; чистить свою шубку; гострить кігтики тощо.

Прощання «Бувайте!» (2 хв.)

Заняття 5.

«Образа».

Мета: вчити розуміти свій емоційний стан. Закріпити у свідомості вміння виражати образу і незадоволення, винайдення способів самовладання та розвитку самоконтролю.

Обладнання: кружечки різних кольорів кожній дитині, круг, розділений на 4 частини; картинки - демонстраційний набір; папір.

Хід заняття:

Привітання «Здрастуйте, малята!» (2 хв.)

Вправа «Колір мого дня» (5 хв.)

Вихователь питає дітей про їх настрій сьогодні та просить покласти кружечок, який є у кожної дитини та ту частину великого кола, який колір їм більше імпонує до їх настрою. Вихователь наголошує на тому, що настрої пов'язаний з почуттями всередині них, і до них треба прислухатися.

Запитання: який твій настрій сьогодні? Чому? Який колір підходить тобі сьогодні?

Коло має 4 частини, де:

оранжевий – веселість;

синій – смуток, розчарування;

жовтий – бадьорість;

зелений – спокій.

Бесіда «Я ображений» (12 хв.)

Ви, діти, сьогодні налаштовані на позитив, всі бадьорі та усміхнені. Але часто буває так, що нам на душі стає якось неспокійно та сумно. Завжди поруч із добром існує зло, поруч з радістю живе смуток (*демонстрація картинок*).

Приклади питань: як ти думаєш, образа це що?? образу можливо відчутти на дотик чи нюх? як ти відчуваєшся, коли ображений на когось? хто тебе підтримує?

Вправа «Сундучок образ» (6-7 хв.)

Уявіть, що ваша образа стоїть перед вами:

- Яка вона завелика?
- Чи є у неї колір?
- Яку форму має ваша образа?
- Чи асоціюється вона у вас з якоюсь твариною?

Я дам вам папір, діти, а ви можете виплеснути свою образу на його. Можете зім'яти, порвати. Тепер складіть всі ваші образи у нашу скриньку і подумайте, що ж мизробимо з нею, щоб ці образи ніколи не повернулися до нас *(діти відповідають)*

Етюд «Прощення» (5 хв.)

Вихователь роздає повітряні кульки та просить дітей надути їх. Це образ їхній образ. Діти заплющують оченята та слухають, що образу не можна відчутти на дотик чи смак, але в душі нам стає гірко від неї. Світ стає сірим та невеселим. Але слід пам'ятати, що образи треба прощати і вміти насолоджуватись життям..

Відкриваючи свої оченята, спробуйте показати своєму другу, що ви вмієте прощати. Пригадайте «мирилки» та розкажіть своїм друзям.

Прощання «Бувай!»

Заняття 6. «Мені не страшно».

Мета: зняття тривожності, страхів, формування умінь переборювати страх, труднощі. Моделювання ситуацій, що викликають страх, вербалізація глибинних переживань та мобілізація життєвих сил дітей на їх знищення.

Обладнання: аркуші паперу, олівці.

Хід заняття:

Привітання «Здрастуйте, малята!» (2 хв.)

Етюд «Маленький боягуз» (5 хв.)

Малюк перший раз у дитячому садочку, йому страшно. Він думає, що вихователь злий, а діти будуть насміхатися з нього. Дитина дуже скута, сидить за столиком, зімкнувши ноги разом та опустивши голову.

Бесіда «Чого ми боїмося» (12 хв.)

Вихователь настановлює дітей на розповідь про їхні страхи та емоції, які вони переживають під час страху. Пропонує показати емоцію страху на обличчі.

Питання в ході бесіди: чому ми іноді боїмося? який твій найбільший страх? поруч з якою людиною тобі не страшно? які емоції в тебе, коли ти боїшся? згадай казку, де персонажі боялися чогось, а де були сміливі? ким би ти хотів бути із казкових персонажів?

Малювання «Мій найбільший страх» (10 хв.)

Вихователь пропонує дітям намалювати те, що вони бояться найбільше. Після малювання ми промовимо магичні слова та зруйнуємо страх на завжди: Я найсміливіший. Ніщо не зможе мене злякати. Я не боюсь тепер нічого.

Гра «Мишка в мишоловці» (4 хв.)

Діти утворюють міцне коло, де стоять дуже близько один до одного. «Мишка» знаходиться всередині. Її завдання – звільнитися з кола.

Умова: не нашкодити «мишці». В безвихідному положенні допомогти «мишці» втекти.

Вправа на розслаблення «Я – вітерець!» (3 хв.)

Я дуже легенький вітер. Люблю гратися з волоссям маленьких дітей. Я пролітаю повз дерева та квіти, вдихаю їх аромати та розношу цей неймовірний природній парфум по всьому світу. Я літаю високо-високо між хмаринками, бачу всі безмежні простори нашого світу.

Прощання «Бувайте!» (3 хв.)

Заняття 7. «Настрій дня».

Мета: розвивати чутливість до емоційного стану інших людей та вміння спілкуватися. Навчати дітей висловлювати співчуття, покращувати настрій людей.

Обладнання: м'який ведмедик; музичний запис.

Хід заняття:

Привітання «Здрастуйте, малята!» (3 хв.)

Вправа «Різний настрій» (5 хв.)

Вихователь сідає на килимок поруч з дітьми та передає іграшку по колу. Діти мають доповнити речення: «Мені буває весело, якщо...». «Мені буває сумно, якщо...».

Бесіда «Впізнай його настрій» (12 хв.)

Сьогодні ми з вами веселі та усміхнені, але ж нам іноді нам буває похмуро та сумно, так?

Питання до бесіди:

- Чому люди сумують?
- Що ти робиш, коли в тебе такий настрій?
- Як ти можеш зрозуміти, який в тебе настрій?
- Що покращує твій настрій?
- Що може зруйнувати хороший день?
- Який настрій у тебе сьогодні?

Коли людина відчуває смуток, їй стане набагато легше, якщо вона почує слова підтримки. Як тебе підтримують батьки?, що заспокоїть людину? що ви зробите, якщо хтось із рідних захворів? коли домашня тварина відчуває себе погано? що може зіпсувати людині настрій?

Пам'ятайте, для вас це всього кілька хвилин, а для людини – це гарний настрій на весь день.

Народна мудрість: «Робіть людям добро, і воно повернеться до вас».

Вправа «Хтось засумував» (6-7 хв.)

Друзі, якщо б ви зустріли когось дуже сумного, уявіть що він у нашій груповій кімнаті, як би ви вчинили, як заспокоїли, що б сказали йому?

Вихователь ділить дітей по двоє, і ті приміряють на себе ролі сумної дитини та друга, який втішає.

Вправа на самонавіювання «Дзеркало» (6 хв.)

Вранці, прокидаючись, увімкни свою уяву та відчуй себе на теплій хмаринці посеред моря. Яскраве сонечко зігріває тебе своїми промінчиками, ти відчуваєш спокій та радість. Ти вже хочеш злетіти вгору, назустріч пригодам. Ти швиденько встаєш, немов злітаєш угору, біжиш до дзеркала і милуєшся своїм задоволеним відображенням.

Прощання «Бувайте!» (3 хв.)

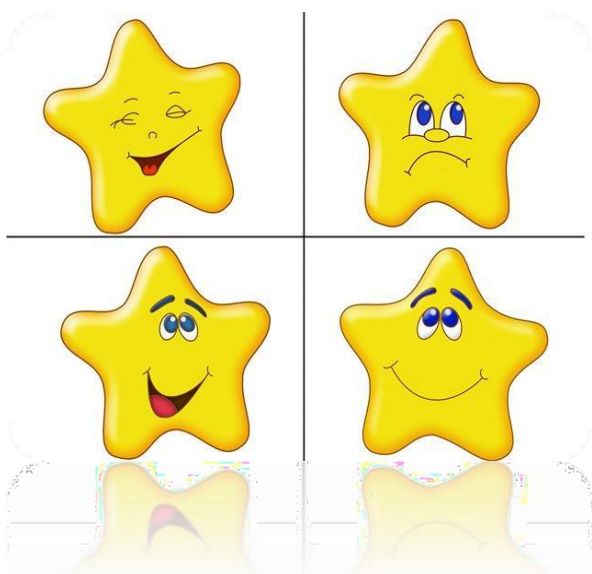
Засоби боротьби з негативними емоціями

Якщо людина вміє оцінювати свій душевний стан, буде легше і оточуючим, і йому самому.

Вправа на розвиток вміння розуміти себе Прислухайся до себе».

Якщо твої настрої можна було б розфарбувати, то якого б кольору він став? На яку тварину або рослину схожий твій настрій? А якого кольору радість, смуток, тривога, страх?

Можна вести «Екран настрою» («Щоденник настрою»), в якому дитина кожного дня буде малювати свій настрій. Це можуть бути смайлики, пейзажі, чоловічки і т.д.



Обговоріть з дитиною способи вираження гніву. Нехай вона (і Ви самі) спробує дати відповіді на запитання:

1. Що тебе може розгнівати?
2. Як ти поводишся, коли гніваєшся на когось?
3. Що відчуваєш у стані гніву?
4. Що ти зробиш, щоб уникнути неприємностей у ці хвилини?
5. Назви слова, які говорять люди, коли зляться?
6. А якщо ти чуєш образливі для тебе слова, що відчуваєш, що робиш?
7. Які слова для тебе дуже образливі?

Вправа на вміння управляти своїми емоціями.

Можна сильно стиснути кулаки, напружити м'язи рук, потім поступово розслабитися, «відпускаючи» негатив.

Вправа: необхідно натиснути п'ятами на підлогу, все тіло - руки, ноги напружені. «Ти – могутнє дерево, у тебе сильні корені, які занурені глибоко в землю, тоді тобі ніхто не страшний.» Ця поза упевненої людини.

Вправа: «Уяви себе левом!»

«Він красивий, спокійний, впевнений в своїх силах, голова горделиво піднята, плечі розправлені. Його звати як тебе (дитина), у нього твої очі, тіло. Ти – лев!»

Заганяти емоції в себе, намагатися їх приховувати шкідливо!

Емоційна розрядка необхідна для збереження здоров'я, а вміння розповідати про свої проблеми допоможе налагоджувати контакти з оточенням, розуміти самого себе.

Вправа: «Вчимося справлятися з гнівом». (Спеціальні методики та вправи)

Імітуйте разом з малюком різноманітні рожиці перед дзеркалом. Зображуйте різні емоції, особливої уваги приділяйте міміці гнівної людини.

Вправа для приборкування гніву: Намалюйте разом заборонний знак «Стоп!» і домовтеся, як тільки дитина відчує що починає дуже гніватися, то одразу дістане цю позначку і голосно скаже або про себе «Стоп!»

Щоб навчити дитину спокійно спілкуватися з людьми, пограйте так: візьміть в руки який-небудь привабливий предмет (іграшку).

Завдання дитини: вмовити Вас віддати цей предмет. Ви повертаєте цю річ, коли захочете. Потім поміняйтеся місцями.

Після закінчення гри обговоріть, як легше просити, які прийоми та дії вплинули на ваше рішення віддати іграшку, обговоріть почуття які випробовували гравці.

Навчайте дитину (і себе) виражати гнів в прийнятній формі. Поясніть, що обов'язково треба проговорювати всі негативні ситуації з батьками або з друзями. Навчить дитину словесним формам виразу гніву, роздратування: «Я

ображений, Мене це скривдило»). Запропонуйте скористатися «чарівними речами» для виплескування негативних емоцій:

- ✓ Чарівна чашка (в неї можна кричати).
- ✓ Листи папіру (їх можна зім'яти, порвати, з силою кидати в мішень на стіні).
- ✓ Чарівні олівці (ними можна намалювати неприємну ситуацію, а потім заштрихувати або зім'яти малюнок).
- ✓ Чарівний пластилін (з нього можна зліпити фігурку кривдника, а потім зім'яти її або переробити).

Виділити окрему подушку «для розрядки» (її можна кидати, бити, пинати).

Засіб «швидкої розрядки»: Якщо бачите, що дитина перезбуджена, «на грані», то попросіть її швидко побігати, пострибати або заспівати пісеньку (дуже голосно).

Гра «швидкої розрядки»

Щоб виключити з повсякденного спілкування образливі слова, обзивайтеся! Кидаючи одне одному м'яч, обзивайтеся необразливими словами. Це можуть бути назви фруктів, квітів, овочей. Наприклад: «Ти – кульбабка!». «А ти тоді – кавун!».

МЕТОДИЧНІ РЕКОМЕНДАЦІЇ ДЛЯ БАТЬКІВ щодо забезпечення емоційного розвитку дитини

1. Визнавайте наявність у дітей емоцій, не спростовуйте їх.

Іноді дорослі заперечують наявність почуттів у дітей, накладаючи заборону на емоції. Слова «не бійся», «не можна сердитися», «дай-но, посміхнися», «чого тут плакати» — спростовують самі емоції. Іноді дорослі зменшують емоції дітей: «нічого тут страшного немає», «нічого з тобою поганого не трапиться». Як правило, дорослі хочуть зробити як краще, але, на жаль, така реакція дорослих сигналізує дітям, що їхні почуття й емоції неправильні, не приймаються дорослими, що вони надходять неправильно. Правильна стратегія в таких випадках — визнати почуття дитини і спробувати пояснити, чому потрібно робити якимось інакше. Жартувати над дитиною чи соромити її, щоб вивести з емоційного стану, щонайменше, неправильно. Діти ображаються, коли чують: «Ти ж не маленький», «Ти ж не дівчинка», «Ось я бабусі розповім, як ти поведився». Таке присоромлення підриває віру в справедливість і любов дорослого, змушує сумніватися у власній правильності та адекватності.

2. Визнавайте наявність у дітей страху і не тисніть на дітей, коли вони бояться.

Помилково міркувати, що якщо дітей залишити віч-на-віч зі своїм страхом і страх зросте, то діти переборють його. На жаль, коли страх збільшується, він може залишитися на все життя. А неправильне поводження дорослих у цій ситуації може підірвати дитячу довіру. Страху слід визнавати і допомагати дитині поступово переборювати їх.

3. Визнавайте наявність складних, хворобливих ситуацій.

Іноді, щоб захистити дітей від хворобливого емоційного досвіду, дорослі спотворюють те, що відбувається. Наприклад, Ігор боїться уколів. Медсестра, намагаючись його заспокоїти, каже: «Боляче не буде». Але це зовсім не так. Чи не краще йому сказати правду: «Буде боляче, але тільки трішки і відразу мине».

Або вранці, коли Тетянка прощається з мамою, вихователька каже їй: «Не плач, мама зараз піде на роботу і відразу повернеться». Таке перекручення не допоможе дитині навчитися керувати ситуацією і навіть підриває довіру до дорослого. Так, в останньому прикладі правильно було б сказати: «Я розумію, тобі дуже сумно, що мама йде, але вона обов'язково повернеться». Дорослі мають ретельно підбирати слова і пояснення, щоб не зашкодити розвитку здорових емоцій.

4. Будьте послідовні, не допускайте різкої зміни настрою.

Діти рідко дивуються тому, що роблять дорослі у тому разі, якщо поведінку їх узагалі складно зрозуміти. Проте якщо настрої дорослих різко змінюється (від веселого до сердитого, від уважного до байдужого) без будь-яких причин, діти починають їх боятися. Важливо пояснити дітям, що відбувається, і поводитися так, аби поведінка була передбачуваною і викликала у дітей довіру.

5. Розмовляйте з дітьми про їхні емоції.

Найбільше всебічно діти навчаються на власному досвіді, тому важливо називати їхні власні емоції й описувати їх. Наприклад, коли Катруся сердито відштовхує руку вихователя, він може сказати: «Катрусю, ти сердишся». Тим самим вихователь пов'язує набутий досвід дитини з поняттям гніву, показує дитині, що її емоційний стан зрозумілий, піддається опису. А з тим, що зрозуміло, що піддається опису, легше впоратися. У разі такої поведінки дорослих діти навчаються краще розуміти і свій стан, і стан інших людей.

6. Уважно спостерігайте за дітьми.

Значення або зміст будь-якої ситуації можна зрозуміти до кінця, лише розуміючи загальний контекст, у якому ця ситуація наявна. Уважно спостерігайте за дітьми, за виразом їхнього обличчя, за жестами, рухами, звуками чи словами. Якесь почуття можуть бути загострені, а якесь — помірні. Важливо говорити про них, які б вони не були. Називайте емоції різними словами. Визначте, що відчуває дитина, і скажіть це словами, звертаючись до неї: «Ти, здається, стурбований чимось?», «У тебе задоволений вигляд». Описуючи емоції, використовуйте різні слова. Розпочніть зі слів, які описують базові емоції:

радісний, сумний, сердитий, зляканий. Потім поступово використовуйте слова, що якомога точно визначали б емоції і почуття: задоволений, розчарований, роздратований, стомлений, схвильований. Після нового слова поясніть його значення пропозицією. Наприклад: «Ти розчарована, Катрусю? Ніяк не можеш склеїти поробку». Навіть коли дитина ще не розуміє цих слів, ви самі звикатимете спостерігати і якомога точно будете описувати цей вияв. У міру дорослішання дитини ваші слова будуть набувати для неї все більшого змісту, і вона буде краще розбиратися у своїх почуттях.

7. Допомагайте дітям розповідати про свої почуття.

Розпочніть із простих запитань, які припускають відповіді «так» чи «ні». Наприклад: «Іринка взяла твого пензлика. Тобі це не сподобалося?» Передайте Іринці відповідь дитини: «Михайликові не сподобалося, що ти взяла його пензлика. Михайлик сердиться». У міру того, як діти набувають практичних умінь, підказуйте їм прості слова, які можна використовувати для самовираження: «Мишко, тобі не сподобалося, що Іринка взяла твого пензлика?» Скажи Іринці: «Мені не подобається. Я серджуся». Потім переходьте до простіших форм: «Тобі не подобається, що Іринка взяла твого пензлика? Скажи їй, що ти про це думаєш».

8. Допомагайте дітям зауважувати і розуміти почуття інших людей

Для того щоб спілкуватися з іншими людьми, дитина має навчитися розуміти, що вони почувають у різних ситуаціях. Це вміння формується поступово, у міру дорослішання дитини і набуття нею досвіду. Описуйте почуття інших людей. Виділяйте конкретні аспекти поведіння, наприклад: «Оленка сміється, вона рада», «Микитка плаче, він стурбований». Привертайте увагу дітей до подій, які викликають емоції, наприклад: «Софійчина мама сьогодні у нас в класі. Софійка дуже рада!» Визнайте право дітей на емоції, але не допускайте руйнівної поведінки. Спочатку назвіть почуття, випробовувані дитиною: «Я бачу, ти сердишся». Потім скажіть: «Сердитися можна, але битися не можна. Сергійкові буде боляче. Краще сказати йому, що ти думаєш».

Тест тривожності Р.Темпл, М. Дорки, В.Амен. Методика «Вибери потрібне обличчя».

Інструкція:

1. Гра з молодшими дітьми. «Як ти думаєш, яке обличчя буде у дитини: веселе чи сумне? Він (вона) грає з малюками».
2. Дитина і мати з немовлям. «Як ти думаєш, яке обличчя буде в цієї дитини: сумне чи веселе? Він (вона) гуляє зі своєю мамою і малюком».
3. Об'єкт агресії. «Як ти думаєш, яке обличчя буде в цієї дитини: веселе або сумне?»
4. Одягання. «Як ти думаєш, яке обличчя буде в цієї дитини? Він (вона) одягається».
5. Гра зі старшими дітьми. «Як ти думаєш, яке обличчя буде в цієї дитини: веселе або сумне? Він (вона) грає зі старшими дітьми».
6. Вкладання спати на самоті. «Як ти думаєш, яке обличчя буде в цієї дитини: сумне чи веселе? Він (вона) йде спати».
7. Умивання. «Як ти думаєш, яке обличчя буде в цієї дитини: веселе або сумне? Він (вона) у ванній».
8. Догана. «Як ти думаєш, яке обличчя буде в цієї дитини: веселе або сумне?»
9. Ігнорування. «Як ти думаєш, яке обличчя буде в цієї дитини: сумне чи веселе?»
10. Агресивний напад. «Як ти думаєш, яке обличчя буде в цієї дитини: веселе або сумне?»
11. Збирання іграшок. «Як ти думаєш, яке обличчя буде в цієї дитини: веселе або сумне? Він (вона) прибирає іграшки».
12. Ізоляція. «Як ти думаєш, яке обличчя буде в цієї дитини: сумне чи веселе?»
13. Дитина з батьками. «Як ти думаєш, яке обличчя буде в цієї дитини: веселе або сумне? Він (вона) зі своїми мамою і татом».

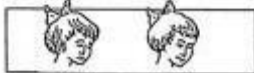
14. Їжа на самоті. «Як ти думаєш, яке обличчя буде в цієї дитини: сумне чи веселе? Він (вона) їсть».

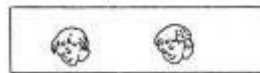
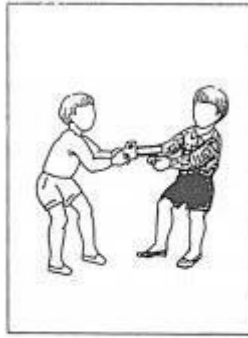
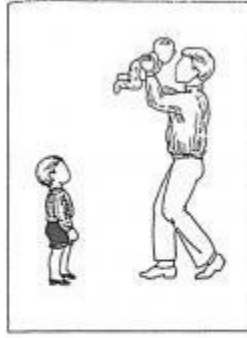
Щоб уникнути персеверативних виборів у дитини в інструкції чергуються визначення обличчя. Додаткові питання дитині не задаються. Вибір дитиною відповідного обличчя і словесні висловлювання дитини можна зафіксувати в спеціальному протоколі.

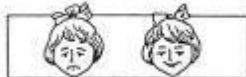
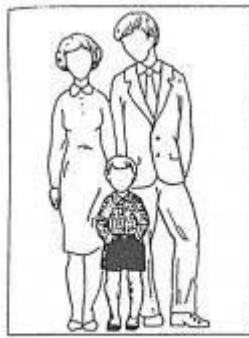
Тест











**Анкета нервово-психічного розвитку дитини та її емоційних особливостей
(А. В. Запорожець)**

1. Охарактеризуйте сон, апетит і емоційний стан Вашого малюка:

- а) Як він засинає: швидко або повільно; чи вимагає, щоб із ним посиділи, щоб не вимикали світло та ін.;
- б) як спить: міцно, спокійно чи неспокійно, кричить, плаче, розмовляє уві сні;
- в) як прокидається (відразу чи ні), у якому настрої: веселому, спокійному, роздратованому, в сльозах.

2 .а) Як він їсть: охоче чи ні, обирає їжу чи ні;

- б) швидко їсть чи повільно;
- в) як їсть: сам чи за допомогою дорослих;
- г) як діють похвала або докора; чи Ваша оцінка нічого не змінює

3. Чи помічаєте Ви прояви страху у Вашого малюка:

- а) у темній кімнаті;
- б) під час покарання, окрику, незадоволення дорослим поведінкою дитини або за інших обставин (яких?).

4. Чому радіє Ваша дитина і що викликає в неї сум, незадоволення, образу?
Як довго дитина це переживає?

5. Чи вміє Ваша дитина співчувати близьким людям?

6. Які емоції спостерігаються під час гри дитини? Як вона їх проявляє: жаліє чи карає ляльку? Доброзичливо поводитьься дитина з однолітками чи ні?

7. Чи вміє дитина відстоювати свої інтереси перед батьками, іншими членами сім'ї, однолітками?

8. Якими засобами дитина відстоює свої інтереси: знаходить аргументи, умовляє, вимагає, плаче?

«Додаток М»

Опитувальник Г. Холла на «Визначення рівня емоційного інтелекту»

Мета: визначити стан розвитку емоційного інтелекту в цілому та його окремих компонентів.

Інструкція. Перед вами листок з 30 визначеннями. Ваше завдання оцінити кожне визначення відповідними балами якщо:

Частково згоден – 1 бал;

В основному згоден – 2 бали;

Повністю згоден – 3 бали;

Частково незгоден – 1 бал;

В основному незгоден – 2 бали;

Повністю незгоден – 3 бали.

Для мене як негативні, так і позитивні емоції є джерелом знання про те, які вчинки робити.

- ◆ Негативні емоції допомагають мені зрозуміти, що я повинен змінити у своєму житті.
- ◆ Я здатний спостерігати зміну своїх почуттів.
- ◆ Коли дає змогу час, я звертаюся до своїх негативних почуттів і аналізую, в чому проблема.
- ◆ Знання моїх справжніх почуттів важливе для підтримки «хорошої форми».
- ◆ Люди, які усвідомлюють свої справжні почуття, краще управляють своїм життям.
- ◆ Я спокійний, коли відчуваю тиск із боку інших.
- ◆ Я стежу за тим, як себе почуваю.
- ◆ Після того як щось зіпсувало мені настрій, я можу легко оволодіти своїми почуттями.
- ◆ Я не зациклююсь на негативних емоціях;
- ◆ Я можу легко «відключитися» від переживань і неприємностей.
- ◆ Коли необхідно, я можу бути спокійним і зосередженим, щоб діяти

відповідно до запитів життя.

- ◆ Коли необхідно, я можу викликати в собі широкий спектр позитивних емоцій: веселощі, радість, внутрішнє піднесення і гумор.
- ◆ Я можу змусити себе знову і знову боротися з перешкодами.
- ◆ Я намагаюся підходити до життєвих проблем творчо.
- ◆ Я можу легко входити у стан спокою, готовності та зосередженості.
- ◆ Я можу легко відкинути негативні почуття, коли необхідно діяти.
- ◆ Я здатний вислухати проблеми інших людей.
- ◆ Я чуйний до емоційних потреб інших.
- ◆ Я добре розумію емоції інших людей, навіть коли вони не виявлені відкрито.
- ◆ Я можу добре розпізнавати емоції за виразом обличчя.
- ◆ Я при спілкуванні добре схоплюю знаки, що вказують на те, чого потребують інші.
- ◆ Я добре налаштовуюся на емоції інших людей.
- ◆ Я можу діяти на інших людей заспокійливо.
- ◆ Я адекватно реагую на настрій, спонукання і бажання інших людей.
- ◆ Люди вважають мене добрим знавцем переживань інших.
- ◆ Я здатний покращити настрій інших людей.
- ◆ Зі мною можна порадитися з питань стосунків між людьми.
- ◆ Я допомагаю іншим використовувати їх спонукання для досягнення особистих цілей.

Інтерпретація результатів: *70 і більше балів* – високий рівень розвитку емоційного інтелекту; *40-69 балів* – середній рівень розвитку емоційного інтелекту; *39 балів і менше* – низький рівень емоційного інтелекту.