

РАЗВИТИЕ ЭМОЦИОНАЛЬНОГО ИНТЕЛЛЕКТА ДЕТЕЙ СТАРШЕГО ДОШКОЛЬНОГО ВОЗРАСТА В ИГРЕ КАК ПСИХОЛОГО-ПЕДАГОГИЧЕСКАЯ ПРОБЛЕМА

В контексте объекта исследования эмоционального интеллекта как психологического феномена представляется необходимым, прежде всего, рассмотреть теоретические подходы к изучению эмоционального интеллекта и его определению в научных исследованиях.

Ведущими специалистами в области психологии интеллекта и социального в том числе, являются Г.Ю. Айзенк, Д. Векслер,

Дж.Пол. Гилфорд, Ч.Э. Спирмен, Э.Ли. Торндайк. Ученые считали, что люди различаются по способности понимать других людей и управлять ими, т.е. действовать разумным образом в человеческих отношениях

В отечественной психологии идея единства аффекта и интеллекта нашла свое отражение в трудах Л.С. Выготского, С.Л. Рубинштейна, А.Н. Леонтьева.

Рассматривая концепции эмоционального интеллекта, хочется отметить, что Л.С. Выготский пришел к выводу о существовании динамической смысловой системы, представляющей собой единство аффективных и интеллектуальных процессов: «Как известно, отрыв интеллектуальной стороны нашего сознания от его аффективной, волевой стороны представляет один из основных и коренных пороков всей традиционной психологии. Мышление при этом неизбежно превращается в автономное течение себя мыслящих мыслей, оно отрывается от всей полноты живой жизни...»

По мнению Л.С. Выготского, единство аффекта и интеллекта проявляется, во-первых, во взаимовлиянии и взаимосвязи данных сторон психики на всем протяжении развития. Во-вторых, в том, что характер связи является динамичным, причем всякому уровню в развитии мышления соответствует свой уровень развития аффекта.

Развивая идеи Л.С. Выготского, С.Л. Рубинштейн считал, что мышление является уже само по себе единством рационального и эмоционального. Однако намеченные подходы Л.С. Выготским в свое время не получили должной разработки к пониманию единства интеллекта и аффекта в ходе человеческого развития.

К понятию эмоционального интеллекта в своих научных исследованиях близко подошел американский психолог Г. Гарднер, который выделял межличностный и внутриличностный интеллект в рамках личностного интеллекта. Способности, которые были включены им в данные понятия, имеют к эмоциональному интеллекту непосредственное отношение. Так, он определил внутриличностный интеллект как «доступ к собственной эмоциональной жизни, к своим аффектам и эмоциям: способность мгновенно различать чувства, называть их, переводить в символические коды и использовать в качестве средств для понимания и управления собственным поведением»

Эмоциональный интеллект

Осознанная регуляция эмоций, повышение уровня эмоционального и интеллектуального развития

Способность быть открытым для принятых и непринятых чувств. Способность осознанно отделяться или вовлекаться от эмоции в зависимости от ее полезности и оцененной информативности. Способность отслеживать и распознавать чужие или свои эмоции: степень их ясности, типичности, важности или разумности. Способность управлять эмоциями в себе и других, уменьшая негативные эмоции и увеличивая приятные, не искажая при этом информацию, которую они способны передавать.

Анализ и принятие эмоций, использование эмоционального знания

Способность распознавать и обозначать эмоции, соотношения между словами. Способность понимать значения, где взаимосвязи передают эмоции, например, сопровождает потерю часто печаль. Способность осознавать чувства комплексные: смешанные - страх, который представляет комбинацию удивления и страха, одновременные чувства ненависти и любви. Способность принимать переход эмоций, например, переход от удовлетворения к гневу.

Использование эмоций для эффективности мышления

Эмоции распределяют по приоритетам размышления, направляя к важной информации внимание

Эмоции доступны и ярки, сгенерированы, как средства памяти и суждения касательно чувств. Изменяет точку зрения человека эмоциональное колебание настроения от пессимистической до оптимистической, с различных точек зрения обуславливает размышление.

Подходы к определенным проблемам дифференциально поддерживают эмоциональные состояния, например, творческий потенциал и индуктивное рассуждение облегчает счастье.

Восприятие, оценка и выражение эмоций

Способность понимать эмоцию в чувствах, физических состояниях и мыслях. Способность идентифицировать эмоции в художественных работах, других людях, через поведение, звук, внешний вид, язык, дизайне. Способность выразить потребности, которые связаны с определенными чувствами. выразить эмоции верно. Способность различать между неискренними и подлинными эмоциями, нечестными или честными выражениями чувств.

Основные способности находятся внизу таблицы, а более интегрированные в психологическом отношении процессов вверху.

Самый нижний уровень ветви интеллекта включает в себя относительно легкие способности восприятия и выражения эмоции, а самый высокий уровень ветви – осознанное регулирование эмоций. Каждая ветвь также содержит четыре блока с характерными образцами способностей. Способности, появляющиеся в процессе эволюции личности относительно рано, располагаются слева, а способности, формирующиеся позже – справа.

Итак, способность идентифицировать и проявлять эмоции (первая, нижняя «ветвь») является необходимой обязательной для порождения эмоций для осуществления определенных задач (вторая «ветвь»). Данные способности носят процедурный характер и выступают базовыми для декларативной способности к пониманию событий, которые предшествуют эмоциям и идущих за ними (третья «ветвь»). Все выше рассмотренные способности нужны для внутренней регуляции личных эмоциональных состояний и для эффективного воздействия на окружающую среду, которые ведут к регулированию чужих и собственных эмоций (четвертая «ветвь») [28].

Очень широкую трактовку понятия эмоциональный интеллект дает модель Р. Бар-Она (таблица 2 на стр. 10). Он пришел к выводу, что эмоциональный интеллект включает все не когнитивные способности, компетентность и знания, которые дают личности возможность эффективно справляться с разнообразными ситуациями

Р. Бар-Он описал пять областей компетентности, отождествляющиеся с пятью составляющими эмоционального интеллекта: навыки межличностного общения, познание себя, управление стрессовыми ситуациями, способность к адаптации, преобладающее настроение. Каждый из перечисленных компонентов состоит из нескольких субкомпонентов. По нашему мнению, в данной концепции содержится важный компонент эмоционального интеллекта для дошкольников – самомативация, эмпатия, распознавание эмоций других людей.

Как результат конструктивных процессов рассматривается способности воспринимать собственные эмоции, трансформирующие перцептивные переживания во внутренний опыт, модифицируя данные переживания. Следовательно, можно указать на три важные функции называния эмоций: межличностная коммуникация, закрепление опыта, эмоциональная экспрессия.

Распознавание эмоций способствует тому, что человек научается идентифицировать, перерабатывать, описывать, выражать эмоции.

В основание концепции эмоционального интеллекта, разрабатываемой в отечественной науке заложена идея Л.С. Выготского о единстве аффекта и интеллекта. Суть единства заключена в том, что в поступках дошкольника всегда возникает интеллектуальный момент, который вклинивается между переживанием и непосредственным поступком, что является прямой противоположностью наивному и непосредственному действию, свойственному ребенку.

Д.В. Люсин подразумевал под эмоциональным интеллектом психологическое образование, которое формируется в процессе жизни индивида под воздействием ряда факторов, обуславливающие его степень и специфические личные особенности.

Автор также указывает на то, что эмоциональный интеллект – это способность к пониманию эмоций и управлению ими. Феномен тесно связан с общей направленностью личности на эмоциональную сферу, т.е. на интерес к внутреннему миру людей (в том числе и к своему собственному), направлен на психологический анализ поведения, с ценностями, приписываемыми эмоциональным переживаниям.

Позже Д.В.Люсин в 2004 г. представил совершенно новую модель эмоционального интеллекта. Эмоциональный интеллект ученый понимает как способность к познанию чужих и своих эмоций и к управлению ими. Способность к пониманию эмоций содержит следующие составляющие:

- человек распознает эмоцию, т.е. устанавливает сам факт существования эмоционального переживания у другого человека или у себя;
- человек идентифицирует эмоцию, т.е. устанавливает, какую конкретно испытывает другой человек или он сам эмоцию, и находит словесное выражение для неё;
- человек осознает те факторы, которые вызывают определенную эмоцию, и следствия, к которым она приведёт.

Способность к управлению эмоциями включает в себя возможность человека:

- управлять мощностью эмоций, контролировать высокоинтенсивные эмоции;
- контролировать внешнее проявление эмоций;

- возможность произвольно вызывать определенную эмоцию.

Д.В. Люсин считает трактовку эмоционального интеллекта в качестве только когнитивной способности неправильной и утверждает, что способность к пониманию эмоций и управлению ими тесно связана с общей направленностью личности на эмоциональную сферу, т.е. с интересом к внутреннему миру людей (в том числе и к своему собственному), склонностью к психологическому анализу поведения, с ценностями, приписываемыми эмоциональным переживаниям. Поэтому эмоциональным интеллектом, по мнению автора, можно назвать механизм, который имеет двойственную природу и связан как с когнитивными способностями, так и с личностными характеристиками.

Как отмечает И.А. Романова, самопонимание носит в целом чувственный, эмоциональный, эмпатический, а не рациональный характер. Поэтому глубина самопонимания обусловлена прежде всего степенью развития эмоциональных способностей, обеспечивающих осознание эмоций

Осознание эмоций ведет к регистрации в сознании, но стоит отметить, что регистрируется в сознании не каждый эмоциональный процесс. Следовательно, в осознании эмоций выделяется два явления:

1. проявление организованного и достаточно обособленного процесса, который влияет на протекание деятельности и переживается субъективно (то есть человеку известно, что он переживает нечто, что отличается от предыдущих переживаний);
2. осознание, заключающееся в знании о своём состоянии, которое выражается в знаковых (словесных) категориях. Второй вид осознания лежит в основе процессов контроля над эмоциями, в основе способности предвидеть их развитие, знания факторов, влияющих на силу, последствия, продолжительность.

Понимание эмоций взаимосвязано с возможностями их выражения. Для овладения языком эмоций необходимо усвоить общепринятые в определенной культуре формы выражения, а также понимание индивидуальных проявлений эмоций у людей, с которыми человек проживает и работает. Выражение эмоций легче, чем понимание эмоций.

Таким образом, в психологии эмоционального интеллекта выделяются несколько ведущих теорий: теория эмоционально-интеллектуальных способностей Дж. Майера, П. Сэловея, Д. Карузо; теория эмоциональной компетентности Д. Гоулмена; некогнитивная теория эмоционального интеллекта Р. Бар-Она; двухкомпонентная теория эмоционального интеллекта Д. Люсина.

Анализ теоретических воззрений вышеуказанных авторов позволяет определить эмоциональный интеллект как интегративную способность личности, которая проявляется в осмыслении, идентификации и регуляции эмоций, использовании эмоциональной информации в качестве базы для мышления и принятия решений.

Основными компонентами эмоционального интеллекта являются понимание и осознание своих эмоций; умение конструктивно выражать эмоции; контролирование своего эмоционального поведения; понимание чувств других людей; учет чувств других людей в своем поведении.

Вместе с тем данные компоненты проходят путь прогрессивного становления. Старший дошкольный возраст является сензитивным периодом для развития у детей способности к

пониманию своих и чужих эмоций, а также для формирования способности адекватно выражать свои эмоции. При нормальном развитии ребёнка в дошкольном возрасте идёт активное формирование языка эмоций, как совокупности вербальных обозначений эмоциональных состояний.

Необходимым условием развития умения контролировать собственные эмоции и ориентироваться в эмоциональной реальности является развитие у дошкольников осознания собственных эмоциональных состояний.

А.О. Куракина под эмоциональным интеллектом старшего дошкольника понимает интегративную способность личности, которая проявляется в осмыслении, идентификации и регуляции эмоций, использовании эмоциональной информации в качестве базы для мышления и принятия решений. Данное определение эмоционального интеллекта и будет основным в нашем исследовании. Ученая утверждает, что эмоциональный интеллект у старших дошкольников имеет структуру, которая состоит из таких компонентов: эмоционального, когнитивного и поведенческого. Эмоциональный компонент рассматривается как чувственный аппарат эмоционального интеллекта, ориентирующий дошкольников в ценности всего, с чем они взаимодействуют. Эмоциональные переживания детей корректирует когнитивный компонент с помощью оценочных суждений и понятий, таким образом, эмоциональные переживания начинают иметь соответствие с ценностями переживаемых объектов. Поведенческий компонент проявляется у детей в эмоциональной саморегуляции, вербальном и невербальном проявлении эмоций.

Нгуен Минь Ань рассматривает эмоциональный интеллект старшего дошкольника как его готовность ориентироваться на другого человека и учитывать его эмоциональное состояние в своей деятельности.

Основным аспектом эмоционального интеллекта, по мнению И.О.Карелиной, является восприятие эмоций и их идентификация – способность выявлять и расшифровывать эмоции по лицам, изображениям, голосу и культурным артефактам.

Именно на основе восприятия эмоций осуществляется последующая обработка эмоциональной информации. Умение распознавать эмоции других людей по ситуативным и экспрессивным сигналам также входит в структуру эмоциональной компетентности детей [17].

В структуре эмоционального интеллекта детей старшего дошкольника по Д.В. Люсину выделяется два базовых показателя:

1. понимание эмоций;
2. управление эмоциями.

Первый показатель характеризуется возможностями ребенка распознать эмоцию (устанавливать факт наличия эмоционального переживания у себя или другого человека); идентифицировать эмоциональные состояния разной модальности (установить, какую именно эмоцию испытывает он сам или другой человек, найти для неё вербальное выражение); понять причины возникновения определённой эмоции и социальные последствия, связанные с ней. Второй показатель определяется и характеризуется с позиции произвольности психических процессов и механизмов саморегуляции. С этих позиций в качестве ключевых характеристик можно рассматривать способность ребенка к контролю интенсивности протекания эмоций, их внешнего выражения; способность произвольно вызывать и регулировать эмоциональные состояния.

Следует отметить, что способность к управлению эмоциями возникает в старшем дошкольном возрасте, но вместе с тем даже к 7-ми годам ребенок сильно ограничен в выборе средств эмоционального контроля и психологического влияния на эмоциональное состояние партнёра по взаимодействию. В качестве индикаторов данного показателя можно рассматривать следующие способности разворачивающихся в опыте детей старшего дошкольного возраста: воспроизводить эмоциональные состояния определенных модальностей; вызывать и поддерживать желательные эмоции у себя и других; снижать интенсивность нежелательных эмоций у себя и других; регулировать эмоциональные проявления.

Так, к концу дошкольного детства, дети настолько овладевают выражением эмоций, что показываемая экспрессия той или иной эмоции вовсе не означает, что дети её реально переживают в настоящий момент, так как старшие дошкольники могут совершать целенаправленные попытки обрадовать, рассмешить, напугать, желая тем самым заинтересовать другого или привлечь его внимание. Стремятся к поддержанию положительных эмоций, дети подключают «эмоциональное воображение», обращаются к приятным воспоминаниям, превращая их в стимулы, инициирующие эмоции в настоящем. Стараясь избавиться от негативных эмоций, например страха, ребенок вполне сознательно может прибегать к приемам отвлечения и переключения. Способность к эмоциональной децентрации и эмпатии помогает снижать силу негативных переживаний у других. Ребёнок осваивает опыт успокоить, развлечь другого. На этой основе наблюдается совершенствование эмоциональной регуляции поведения и появление позиционного эмоционального переключения. Следует учитывать тот факт, что способность к эмпатийным переживаниям развивается у всех дошкольников, но степень её проявления может быть разной и меняться в зависимости от предыдущего или актуального эмоционального опыта ребёнка, например, связанного с опытом восприятия эмоциональных состояний, усвоением норм просоциального поведения. Изменение доминирующего типа эмпатии обуславливает появление интереса к состоянию другого ребенка на фоне активного взаимодействия с ним, желания помочь сверстнику в ситуациях затруднений

И.О. Карелина выделяет следующие компоненты понимания эмоций у детей 3–7 лет:

1. Особенности понимания эмоций по лицевой экспрессии,

Восприятие эмоций и их идентификация – способность выявлять и расшифровывать эмоции по лицам, изображениям, голосу и культурным артефактам – представляет собой основной аспект эмоционального интеллекта. К опознавательным действиям относятся две операции перцептивного действия: идентификация – процесс отождествления объекта с эталоном, записанным в памяти, и опознание знакомых объектов, то есть отнесение стимула к определенной категории. С этой позиции идентификация (распознавание) эмоций рассматривается как психологический механизм их восприятия и понимания, как сопоставление эмоционального объекта с эмоциональным эталоном с целью опознания объекта в контексте обобщенных эмоциональных значений.

Дети 7-го года жизни правильно понимают по схематическому изображению лицевой экспрессии эмоции радости, печали, страха и гнева; способны выделить мимические признаки более сложных эмоций, таких как гордость и недовольство. К 6–7 годам восприятие лицевой экспрессии становится более дифференцированным, что свидетельствует об определенной степени сформированности эталонов экспрессии и сказывается на точности оценки эмоционального состояния изображенного человека. Ведущими типами восприятия детьми экспрессии становятся

следующие: аналитический (выделение элементов экспрессии, преимущественно при опознании гнева), синтетический (обобщенное, целостное восприятие элементов экспрессии) и аналитико-синтетический (выделение элементов экспрессии и их обобщение, в основном при опознании радости и грусти). Дети старшего дошкольного возраста осознают сюжет и правильно воспринимают эмоциональное содержание картин, которое выражается не только в экспрессивном облике персонажей (мимика, позы), но и в сфере их взаимоотношений друг с другом или в отношении персонажей к окружающим предметам.

Так, в старшем дошкольном возрасте увеличивается уровень точности распознавания по лицевой экспрессии основных эмоций, а внешнее проявление эмоционального состояния человека побуждает детей к поиску причин его возникновения.

2. Понимание детьми внешних причин возникновения эмоций и влияния напоминания о событии как активатора эмоции;

Дети на 7 году жизни правильно определяют внешние причины возникновения гнева, радости, печали, страха и нейтрального состояния. В эксперименте А.М. Щетиной, проведенном с детьми 5–7 лет, умение охарактеризовать эмоциональное состояние изображенного человека через конкретную жизненную ситуацию рассматривалось в качестве одного из показателей понимания детьми его эмоционального состояния. Было установлено, что основными уровнями понимания дошкольниками различных состояний человека (грусти, радости, гнева, удивления, страха) являются / в рамках конкретной ситуации, и степень словесного обозначения и описания экспрессии.

Таким образом, в старшем дошкольном возрасте дети способны понять различные эмоциональные состояния субъекта (радость, печаль, гнев, страх, удивление, спокойствие, самодовольство) и раскрыть причину их возникновения.

3. Понимание дошкольниками связей между желаниями и эмоциями, убеждениями и эмоциями,

Во второй половине дошкольного возраста дети понимают, что характер возникающей эмоции определяется соотношением между желанием и ожидаемым результатом.

Для измерения понимания детьми взаимосвязи убеждений человека и его эмоций разработчики теста на понимание детьми эмоций – Ф.Понс, П.Л.Харрис и М.де.Росней – предложили оригинальное задание с использованием наглядных средств. Дошкольники рассматривали сюжетную картинку, где на переднем плане был изображен кролик, который ест морковь, а на заднем плане – куст, за которым, как выяснялось позже, скрывается лиса (изображение лисы первоначально было закрыто створкой). После того, как ребенок узнавал, что за кустом скрывается лиса с намерением съесть кролика, его просили снова закрыть створку, «чтобы кролик не смог увидеть лису», и задавали контрольный вопрос: «Знает ли кролик, что лиса прячется за кустами?» После подтверждения экспериментатором правильного ответа ребенка и исправления ошибочного ответа («Ну на самом деле кролик не знает, что лиса прячется за кустами») ребенку предлагали определить эмоцию персонажа («Как чувствует себя кролик? Он счастлив, доволен, зол или напуган?»). Было установлено, что испытуемые 6–7 лет демонстрируют понимание связи между убеждениями и эмоциями.

4. Понимание потенциального расхождения между переживаемой и выраженной эмоцией.

В старшем дошкольном возрасте многие дети уже могут дать объяснения тому, как видимость (экспрессивное поведение) может скрыть реальность (подлинную эмоцию). Так, к 6 годам дети способны понять возможное несоответствие между внешним выражением эмоции и испытываемой в действительности эмоцией, а к 7 годам почти 2/3 детей демонстрируют понимание того, что собственное или чужое внутреннее эмоциональное состояние не обязательно соответствует его внешнему выражению.

5. Понимание смешанных или амбивалентных эмоций,

Независимо от способности испытывать одновременно две и более эмоции, дошкольники могут выстроить объяснение, которое фокусируется только на одной эмоции. Даже к концу дошкольного детства, то есть к 7 годам, только пятая часть детей способны понять, что человек может испытывать противоречивые эмоциональные реакции на одну и ту же ситуацию это связано с тем, что способность интерпретировать сложные чувства, в частности смешанные и противоречивые эмоциональные состояния, относится к области эмоционального интеллекта, которая отличается повышенной сложностью.

6. Регуляции эмоций.

Регуляция эмоций – способность согласовать переживание и выражение эмоций соответствующими возрасту и социально целесообразными способами с контекстом (ситуацией) – является одним из компонентов эмоциональной компетентности детей

Контролирование своего эмоционального поведения и понимание чувств других людей является важным критерием развития эмоционального интеллекта. По словам А.В. Запорожца, эмоциональное предвосхищение появляется благодаря особой внутренней ориентировочно-исследовательской деятельности детей и формируется на базе его практического взаимодействия с окружающей действительностью.

В этой деятельности складывается своеобразная функциональная система, которая включает в себя аффективные и особые познавательные процессы. Проходя процесс развития в данной системе, эмоции становятся умными (интеллектуализируются), предвосхищающими, обобщенными, а познавательные процессы, приобретают аффективный характер функционируя в данной системе, и начинают выполнять особую роль смыслообразования и смыслоразличения.

Л.С. Выготский считал характерным для высших специфически человеческих чувств единство аффекта и интеллекта. Проявление даже минимальной произвольной регуляции невозможно без эмоционального предвосхищения, которая требуется в ролевой игре.

Л.С. Выготский указывал, что эмоциональные реакции к 7 годам перестают доминировать над поведением ребёнка. Он учится управлять своими эмоциями, эмоциональная функция к концу дошкольного периода становится произвольной. Это возможно только, если имеется достаточный опыт эмоциональной жизни в старшем дошкольном возрасте, если опыта недостаточно, то у него не хватает информации для того, чтобы научиться такому управлению.

В дошкольном возрасте формирование способности регулировать эмоции состоит в том, что ребенок приобретает навык сдерживания внешнего проявления собственных эмоций и в овладении умением анализировать вызвавшие их причины. Я. Рейковский указывал, что

становление способности регулировать эмоции у детей должно быть направлено на развитие у них принятия и осознания своих эмоциональных состояний, умения анализировать вызвавшие их причины и выражать эмоции в социально приемлемой форме. Это объясняется тем, что в основу процессов контроля над эмоциями входит понимание эмоций, а успешность их регуляции определяется способностью испытывать осознанные чувства.

То есть у ребенка должно формироваться представление о том, как нужно себя вести в определенных ситуациях, а это представление должно приобрести произвольный характер эмоциональных процессов. В конце дошкольного возраста такое новообразование появляется на уровне регуляции поведения и выступает результатом всего хода психического развития ребенка на протяжении детства.

Обратим внимание, что к концу дошкольного детства дети не только приобретают представления о различных стратегиях регуляции эмоций и понимают возможность их метакогнитивной регуляции, но и способны дифференцировать «лучшие» и «худшие» регуляционные стратегии, что было доказано в исследовании профессора Кэролин Саарни, проведенном на выборке детей 6–8 лет.

Е.Л.Яковлева отмечает, что во время взаимодействия со взрослым, у дошкольника развивается необходимость осознания собственных эмоциональных реакций и понимание эмоционального состояния другого человека. Первому способствуют называние взрослым эмоциональных реакций ребенка, непринятие или принятие взрослым данных эмоций, отвержение неадекватных реакций и поддержка адекватных. А также взрослый демонстрирует дошкольнику образцы способов эмоционального самовыражения.

По словам Л.С. Выготского, эмоции выступают ядром психической жизни человека. Собственно-эмоциональное развитие – это ряд взаимосвязанных направлений, каждое из которых имеет свои определенные способы воздействия на эмоциональную сферу и соответственно механизмы включения эмоций. Так, эмоциональное развитие содержит: формирование эмпатии; развитие эмоционального реагирования и эмоциональной экспрессии; развитие словаря эмоциональной лексики; формирование представлений о многообразии человеческих эмоций.

И.О. Карелина указывает, что к 5–6 годам дошкольники способны понять радость, страх, печаль, гнев (простые) и обида, стыд, вина (социальные эмоции), а к 7 годам – отвращение, презрение, удивление (сложные эмоции).

По мнению О.А. Денисовой, О.Л. Лехановой ребенок к шести годам способен называть эмоциональные состояния и узнавать по пиктограмме: грусть, радость-восторг, удивление, испуг, гнев-ярость, растерянность, спокойствие. У него должны быть сформированы представления о следующих личностных качествах человека как капризность, жадность - щедрость, доброта - злость, лень. Ребенок способен, выделяя в своем поведении эти качества, оценивать себя. Проявляются элементы рефлексии. К семи годам у ребенка должно формироваться умение критически относиться к своим поступкам; продолжают появляться элементы рефлексии и проявляется устойчивая самооценка.

По данным Н.А Довгой и О. Перелыгиной наиболее сложными для понимания старшими дошкольниками эмоциями являются гордость, удивление. С возрастом понимание причин эмоциональных состояний углубляется, расширяется. Дети данного возраста начинают осознавать свое поведение под воздействием тех или иных эмоций, а также стремятся управлять эмоциями собственными.

Е.И.Комкова и Т.М.Недвецкая исследовали способности к идентификации эмоций у старших дошкольников и пришли к выводу, что:

- девочки лучше мальчиков определяют намерения, состояния, чувства людей по их невербальным реакциям: жестам, мимике, позам.
- Мальчики лучше, чем девочки распознают невербальные реакции лиц своего пола.
- Как девочкам, так и мальчикам сложно определить эмоции детей женского пола. Это объясняется авторами тем, что у женщин большая дифференцированность и сложность эмоциональной сферы.
- Девочками легче всего идентифицируются положительные эмоции: интерес, радость, смех.
- Мальчиками хорошо распознаются отрицательные эмоции: грусть, отвращение, злость, обида.
- Девочки лучше определяют экспрессии страха.

Успешность понимания дошкольниками эмоционального состояния человека зависит не только от их возраста, пола, но и от ряда других условий:

- от знака и модальности эмоции (выявлен более высокий уровень понимания детьми эмоций радости, грусти, гнева по сравнению с состояниями страха и удивления);
- от содержания и характера изображения (так, более легкому домысливанию ситуации, соответствующей экспрессивному состоянию человека, способствуют его поза и обстановка, в которой он изображен);
- от накопленных знаний и опыта детей в процессе жизни и общения;
- от уровня владения дошкольником словесными обозначениями эмоций;
- от сформированности эталонов выражений эмоций.

Так, в старшем дошкольном возрасте прослеживается увеличение степени понимания и осмысления эмоций других людей и своих эмоций. Если в младшем дошкольном возрасте детям свойственно испытывать некоторые сложности в идентификации эмоций: им легче понимать эмоции по ситуациям, а не по лицевым экспрессиям, то в старшем дошкольном возрасте уже наблюдается узнавание более широкого круга эмоций, способность говорить о факторах, вызывающих эмоциональные состояния.

С.В. Сидоров исследуя социально-эмоциональное развитие старших дошкольников сделал вывод, что в этом возрасте дети способны узнавать более широкий спектр эмоций, чем в более младшем возрасте, замечая черты их сходства, находя различия и даже устанавливая причины различных эмоций. Но способность к пониманию своих эмоций и узнаванию эмоций партнеров по коммуникации проявляется у дошкольников в различной степени, что свидетельствует об актуальности организации условий для развития эмоциональной компетентности дошкольников.

Так, критерием нормативного хода эмоционального развития в старшем дошкольном возрасте выступает понимание ребенком своих эмоций, их контроль, осознание выражения эмоций других людей. То есть эмоциональная сфера ребенка на данном этапе включает формирование осознанности эмоций, их произвольности, внеситуативности.

Дети понимают такие эмоции, как: радость; страх; печаль; гнев; обида; стыд; вина. Наиболее сложными для понимания старшими дошкольниками эмоциями являются гордость, удивление.

По мнению Ю.Б. Гиппенрейтер, с человеческими эмоциями детей знакомят детские мультфильмы, сказки и песни, но только через живое общение с близкими взрослыми людьми, ребенок сможет развить свой эмоциональный интеллект.

Таким образом, подводя итог теоретического обзора концепций эмоционального интеллекта в научной литературе, мы отмечаем следующее: эмоциональный интеллект рассматривается как способность к познанию чужих и своих эмоций и к управлению ими.

Способность к пониманию эмоций подразумевает возможность ребенка распознать эмоцию, идентифицировать эмоциональные состояния разной модал

льности, понимать причины возникновения определённой эмоции.

Управление эмоциями включает способность дошкольника к контролю интенсивности протекания эмоций, их внешнего выражения.

1.2. Игра как средство развития эмоционального интеллекта детей старшего дошкольного возраста в детском саду

Как нами установлено выше в дошкольном возрасте, в структуре эмоционального интеллекта детей выделяют два базовых компонента: понимание эмоций и управление эмоциями.

К 6 годам дошкольники способны понять следующие эмоции: радость, страх, печаль, гнев, обида, стыд, вина, а к 7 годам - отвращение, презрение, удивление.

Эмоциональный интеллект в старшем дошкольном возрасте можно изучить через такие показатели: понимание эмоционального содержания, идентификация эмоций, восприятие экспрессивных признаков (мимических), вербализация эмоций, воспроизведение эмоций (выразительность и произвольность), способность вызывать и поддерживать определенные эмоции у себя, управление эмоциями.

Сложившийся эмоциональный опыт ребенка дошкольного возраста, показатели компонентов эмоционального интеллекта подвержены преобразованию в игровой деятельности.

Л.С.Выготский отмечал, что эффективным средством развития эмоциональных процессов у дошкольника является игра, которая выступает основной «школой эмоций».

Игра – творческая деятельность, в которой определяется способность выражать свои чувства, представления о мире разнообразными способами, для этого необходимо научиться в каждом предмете видеть различные его стороны, уметь выстраивать образ; не только свободно фантазировать, но и направлять творческие возможности, свою фантазию, на решение разных задач.

Так, понимание ребенком своих эмоций – один из составляющих эмоционального интеллекта. Ю.Б. Гиппенрейтер предложила игры, с помощью которых происходит идентификация эмоций и понимание эмоционального содержания, восприятие экспрессивных признаков (мимических): «Наши чувства», «Эмоциональное лото», «Эмоциональная угадайка».

Для игр автор предлагает использовать карточки, на которых есть фото или рисунок человека с подписями и заданиями [8]. Автор утверждает, что используя данный дидактический материал можно:

- компенсировать имеющиеся недостатки в способах эмоционального воспитания детей;
- увеличить лексикон детей, принадлежащий к названиям эмоций;
- обучиться распознавать эмоции других людей и личные эмоции, уметь о них рассказать.

Для того, чтобы сформулировать у старших дошкольников понимание и осознание своих эмоций необходимо использовать практические методы и приемы, использование которых дает возможность дошкольникам получить опыт кодирования и декодирования эмоциональных состояний.

Одним из таких методов является моделирование эмоций, заключающийся в экстериоризации эмоциональных состояний личности с помощью символических средств (схемы, цветоизображения, зарисовки, поделки фигурок). К таким можно отнести: прорисовывание лицевой экспрессии персонажей (например, детям предлагается силуэт Бабы-Яги. Злой волшебник предлагает нарисовать сердитую Бабу-Ягу, а добрый – веселую. В конце рисования дети объясняют, почему они нарисовали ту или иную Бабу-Ягу); конструирование из отдельных подвижных элементов лицевой экспрессии схем эмоций (брови, глаза, рот, носогубные складки); рисование «Дома настроений», в котором окна закрашиваются соответствующим цветом в зависимости от жильца (радости, печали, страха, злости, отвращения, стыда, презрения, удивления); заполнение страниц «Книги настроений» сюжетными рисунками, которые передают различные эмоциональные состояния; оформление сюжета «мультфильма» картинками и дорисованными выражениями лиц и поз героев в процессе работы с заготовкой.

Стоит указать упражнения, которые направлены на развитие эмоционально-перцептивной способности у детей старшего дошкольного возраста: воспроизведение эмоций посредством пантомимы, мимики, интонации голоса (например, детям предлагается показать: шаловливых, сердитых и веселых мышат); распознавание эмоциональных состояний с помощью подбора эталона эмоции к собственному настроению, настроению ровесника («Найди пиктограмму», «Маски эмоций»); анализ схем эмоций; развитие словаря эмоций (подбор синонимов и антонимов к словесным обозначениям эмоций; аргументация названия картинки с изображением эмоциональной ситуации; сравнение выражения противоположных эмоциональных состояний, близких эмоций, переданных по-разному).

Для того, чтобы развивать у старших дошкольников понимание чувств других людей и учитывать их в своем поведении следует включать в игру наглядные методы и приемы, которые направлены на развитие способности к распознаванию эмоций и пониманию следствий и причин эмоциональных проявлений. Метод демонстрации (рассматривания) наглядных пособий является основным в этой группе. В качестве наглядного материала используют:

- пиктограммы (схематичные изображения эмоций);
- карточки с изображениями детей и взрослых в разных эмоциональных состояниях, фотографии лиц людей с различными выражениями (М. Лебедева «Азбука развития эмоций ребенка»);
- картинки с изображениями людей в разных эмоциогенных ситуациях (А.Д. Вильшанская «Тематический словарь в картинках. Мир человека: Я и мои чувства, настроение, эмоции»; Л.Б. Фесюкова «Комплексные занятия по воспитанию нравственности для детей 4–7 лет»);

- книжная графика – иллюстрации к рассказам, сказкам, стихотворениям, которые отражают эмоции человека;
- эмоционально-содержательные панно (панно «Радуга», где в начале каждой цветной полосы изображен графический эталон определенной эмоции, и ребенок, в зависимости от настроения, может поместить свою фотокарточку на ту или иную цветную полосу радуги; панно «Домик настроений» – домик с кармашками и набором пиктограмм эмоций).

К методу демонстрации также относится просмотр спектаклей и мультфильмов, позволяющий показать сам процесс развития чувств и эмоций героев детям.

Для развития у дошкольников 5–7 лет умений распознавать, словесно обозначать и сравнивать эмоции людей необходимо использовать дидактические игры, которые включают схематические изображения, фотоэталонами, сюжетные картинки. Среди игровых приемов развития у детей рассматриваемой способности необходимо отметить: элементы соревнования – конкурсы, предполагающие участие команд детей в демонстрации эмоций, использование мимики и пантомимики, в опознании эмоций по фотографиям, в определении эмоционального значения фрагментов музыкальных произведений и стихотворений; метод оживления воспринимаемого героя – высказывание суждений от лица изображенного человека, которые соответствуют его настроению.

Правильно используемые дидактические игры развивают у ребенка умение тормозить свои желания и чувства, вырабатывают усидчивость, способность подчиняться правилам. В играх детям необходимо выказывать настойчивость в осуществлении задуманного, умственную активность, целеустремленность. Ребенок старшего дошкольного возраста лучше способен контролировать свои психические процессы, речь и мышление. Систематически используя дидактические игры в работе с детьми, можно как развивать умственные способности детей, так и вырабатывать у них нравственно-волевые черты характера, а также приучать к более высокой скорости умственной деятельности.

Игры, развивающие у детей старшего дошкольного возраста способности определения эмоционального состояния по схематическим изображениям, предложены М.И. Чистяковой. Автор указывает на развитие у детей умения распознавать эмоциональное состояние по мимике, используя разрезные шаблоны (пиктограммы).

Серия дидактических игр-занятий Г.Э. Прохорова «Азбука настроений» дает возможность сформировать способность определять по графическому изображению эмоциональное состояние, сравнивать их и различать в ходе выполнения игровых действий, обозначать в дидактических играх эмоции через цвет «Читаем стихотворения», «Азбука настроений», «Слушаем музыку», «Какого цвета счастье», «Рисуем настроение». Игра-лото П.В. Ждановой «Театр настроений» ознакомливает дошкольников с наименованиями и характеристиками 8 базовых эмоций (интерес, радость, удивление, печаль, гнев, отвращение, страх, вина); учит различать эмоциональные ощущения и сравнивать их.

Автор предлагает игры с использованием разрезных карт и карт-масок с изображением персонажей, определяя комплектность игры и игровые правила. С помощью развивающих карточек с изображением персонажей и пиктограмм Н.М. Лебедевой «Азбука развития эмоций» у

детей» происходит знакомство детей с основными эмоциями, они упражняются в распознавании мимического выражения эмоций и причин их возникновения; узнают о вариантах поведения человека в определенном настроении, о способах реагирования на собственное эмоциональное состояние и других людей.

Анализ различных пособий по эмоциональному развитию детей дает возможность определить основные способы выработки способности управлять эмоциями:

- психогимнастика (М.И. Чистякова). Физическое движение в психогимнастике выражает какой-либо образ фантазии, насыщенный эмоциональным содержанием, тем самым объединяется деятельность психических функций - мышления, эмоций, движения, а с помощью комментариев педагога подключается еще внутреннее внимание детей к этим процессам. Например, педагог говорит: «Как сильно у вас зайчики стучат на барабане! А вы чувствуете, как напряжены у них лапки? Ощущаете, какие лапки твердые, не гнутся, как палочки! Чувствуете, как напряглись у вас мышцы в кулачках, руках, даже в плечиках? А вот лицо нет! лицо улыбается, свободное, расслабленное. И живот расслаблен. Дышит. А что еще расслаблено? Давайте еще попробуем постучать, но уже медленнее, чтобы уловить свои ощущения». Экспрессия педагога при показе упражнений необходима, она облегчает подражание, эмоционально заряжает детей.
- Упражнения на развитие саморегуляции (Н.П. Слободяник «Я учусь владеть собой» и др.). Сюжеты историй и рассказов в данной программе (текстов для обсуждения) объединяет игровой персонаж - дракончик Памси. Дети «преодолевают» возникающие проблемы и «усваивают» приемы саморегуляции вместе с ним. Сюжеты рассказов можно брать непосредственно из реальной жизни детей или придумывать их заранее. В ходе занятия рассказы обсуждаются и обыгрываются детьми.
- методы развития осознания эмоций как основы контроля собственных эмоциональных проявлений (Г.П. Иванова «Театр настроений»). В процессе игры дети знакомятся с злым и добрым волшебниками, которые играя с детьми знакомят их с навыками общения в различных жизненных ситуациях с окружающими людьми, вырабатывают положительные черты характера, способствующие лучшему процессу общения: «Гнев в цвете», «Уходи, злость, уходи», «Пропавшая собака», «Наф-Наф не боится злого волка».

Игры, которые направлены на регуляцию эмоций сводятся к следующим целям. Обучать детей:

- демонстрировать эмоций и обсуждать возможные причины их переживания;
- вербализировать собственные эмоциональные состояния;
- понимать причины появления негативных эмоций;
- знать позитивные способы регуляции печали, гнева, чувства одиночества и других негативных переживаний (например, разговор с друзьями или взрослыми, самовнушение, просмотр изображений, упражнения);
- представлять варианты эмоционального реагирования в ситуации эмоционально напряженна между детьми;

- знать упражнения, которые позволяют снять напряжение и восстанавливают душевное равновесие;
- пользоваться возможностью собственного выбора принятия решений и действий, не используя при этом агрессии.

Итак, целесообразно выделить 3 этапа организации игр с учетом совершенствования уровня понимания детьми эмоций:

I этап- понимание эмоций на уровне словесного обозначения и описания экспрессии (Дидактические игры «Расскажи о настроении», «Угадай настроение», «Найди пару», «Веселые – грустные», «Театр настроений»)

II этап - развитие понимания эмоций на уровне их осмысления в форме описания (игры «Настроения – загадки», «Веселые картинки»)

III этап - развитие понимания эмоций на уровне осмысления в форме истолкования и проявления эмпатии (игры «Прочитай письмо», «Сочини историю», «Расскажи сказку»).

Таким образом, для развития у дошкольников 5–7 лет способности понимать эмоциональное содержание, идентифицировать эмоции, воспринимать экспрессивные признаки, вербализировать эмоции, воспроизводить эмоции, вызывать и поддерживать определенные эмоции у себя, управлять эмоциями необходимо использовать игру. Которая должна включать дидактические, театрализованные, психогимнастические, изобразительные элементы.

В заключении теоретического этапа выпускного исследования мы предположили, что развитие эмоционального интеллекта детей дошкольного возраста в игре будет более успешным, если использовать игры, направленные на развитие следующих компонентов эмоционального интеллекта дошкольников: понимание содержания и идентификацию эмоций разных модальностей (восприятие экспрессивных признаков эмоций, воспроизведение эмоций, актуализацию и поддержание определенных эмоций у себя, управление эмоциями).

При организации работы необходимо ориентироваться на возрастные характеристики развития вышеуказанных показателей у детей старшего дошкольного возраста, которые были представлены нами выше.