

Шифр роботи: CHILDRENS'_EQ

**Тема наукової роботи:
ФОРМУВАННЯ ЕМОЦІЙНОГО ІНТЕЛЕКТУ
У ДІТЕЙ СТАРШОГО ДОШКІЛЬНОГО ВІКУ**

2020

ЗМІСТ

ВСТУП	3
РОЗДІЛ 1. ТЕОРЕТИЧНІ ПІДХОДИ ДО ДОСЛІДЖЕННЯ ЕМОЦІЙНОГО ІНТЕЛЕКТУ У ДІТЕЙ ДОШКІЛЬНОГО ВІКУ	6
1.1. Сутнісна характеристика емоційного інтелекту.....	6
1.2. Передумови розвитку емоційного інтелекту у старших дошкільників	10
1.3. Педагогічні чинники розвитку емоційного інтелекту у дітей дошкільного віку.....	15
Висновки до розділу 1	19
РОЗДІЛ 2. ЕМПІРИЧНЕ ДОСЛІДЖЕННЯ ПСИХОЛОГО- ПЕДАГОГІЧНИХ УМОВ РОЗВИТКУ ЕМОЦІЙНОГО ІНТЕЛЕКТУ У ДІТЕЙ СТАРШОГО ДОШКІЛЬНОГО ВІКУ	21
2.1. Характеристика вибірки та організація дослідження	21
2.2. Емоційний інтелект та його складові у дітей старшого дошкільного віку	23
2.3. Процедура та результати апробації корекційно-розвивальної програми	26
Висновки до розділу 2	30
ВИСНОВКИ	32
СПИСОК ВИКОРИСТАНОЇ ЛІТЕРАТУРИ	35
ДОДАТКИ	39

ВСТУП

Актуальність дослідження. 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.

Стан дослідження проблеми. Особливості емоційної сфери особистості досліджували вітчизняні та зарубіжні психологи (С. Ламберт, В. Меннігер, А. Ребер, В. О. Сухарєв, О. Я. Чебикін і ін.), психофізіологи (П. В. Симонов, П. Фресс, та ін.), педагоги (С. В. Родіна, Т. С. Сваренко й ін.). Психологічні закономірності емоційного розвитку дітей дошкільного віку вивчали: Л. І. Божович, О. В. Запорожець, О. Л. Кононко, В. К. Котирло,

Г. Д. Кошелєва, О. І. Кульчицька, В. С. Мухіна, П. М. Якобсон та ін. Структуру, понятійні аспекти емоційного інтелекту досліджували І. Андрєєва, Р. Бар-Он, О. Власова, Г. Гарднер, Г. Гарскова, Д. Гоулмен, Д. Карузо, Р. Купер, Дж. Майер та Д. Люсін, П. Саловей, А. Саваф, С. Хейн і ін.), проте недостатньо вивченими залишаються практичні сторони формування емоційного інтелекту у дітей дошкільного віку, розроблення програм його розвитку та корекції.

Актуальність проблеми, її недостатня теоретична та експериментальна розробка зумовили вибір теми наукової роботи: **«Формування емоційного інтелекту у дітей старшого дошкільного віку».**

Мета наукової роботи: теоретично обґрунтувати та емпірично перевірити психолого-педагогічні умови формування емоційного інтелекту у дітей старшого дошкільного віку.

Завдання наукової роботи:

1. Здійснити теоретичний аналіз психолого-педагогічної літератури з проблеми емоційного інтелекту.
2. Розкрити чинники та передумови формування емоційного інтелекту у старших дошкільників.
3. Визначити особливості емоційного інтелекту старших дошкільників.
4. Обґрунтувати психолого-педагогічні умови формування емоційного інтелекту у дітей старшого дошкільного віку в умовах закладу дошкільної освіти.

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

Предмет дослідження: психолого-педагогічні умови формування емоційного інтелекту у дітей старшого дошкільного віку.

Методи 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. А. Нгуен, 2008); методика «Емоційна ідентифікація» (О. І. Ізотова, О. В. Нікіфоров, 2004) (для дослідження рівня розвитку емоційного інтелекту, його особливостей та складових у дітей старшого дошкільного віку); графічна методика «Кактус» М. О. Панфілової (для визначення емоційного стану дитини);

– математико-статистичні: методи описової статистики, U-критерій Манна-Уїтні, однофакторний дисперсійний аналіз, T-критерій Вілкоксона (для обробки одержаних емпіричних даних, їх систематизації та наочної демонстрації). Статистичне опрацювання даних здійснювалося за допомогою стандартних пакетів програми MS Excel та програми SPSS 22.0.

Теоретична та практична значущість роботи. Теоретичні положення наукової 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 корекційно-розвивальні заняття можуть використовуватись у психодіагностичній, психопрофілактичній та психокорекційній роботі психологами закладів дошкільної освіти.

Апробація дослідження. Результати наукового дослідження обговорювалися на ХХХХХ.

Структура наукової роботи. Наукова робота складається зі вступу, трьох розділів, висновків, списку використаної літератури (35 позицій), двох додатків. Загальний обсяг роботи – 53 сторінки. Основний зміст роботи викладено на 30 сторінках. Робота містить 2 таблиці та 1 рисунок.

РОЗДІЛ 1

ТЕОРЕТИЧНІ ПІДХОДИ ДО ДОСЛІДЖЕННЯ ЕМОЦІЙНОГО ІНТЕЛЕКТУ У ДІТЕЙ ДОШКІЛЬНОГО ВІКУ

1.1. Сутнісна характеристика емоційного інтелекту

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» [22]. Власне, воно й виникло у процесі розробки проблематики соціального інтелекту Х. Гарднером як здатності вживатися/сходитися з іншими людьми, уміння ставити себе на місце іншого, критично оцінювати почуття, настрої іншої людини, мотивацію її вчинків тощо [30].

Аналіз етимології термінів «соціальний» та «емоційний» інтелект здійснений Д. Стайном, дозволяє трактувати останній як здатність до сприйняття 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; сприйнятливість – 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 [26].

П. Саловей, Дж. Мейер і Д. Големан 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 [35].

У вітчизняній педагогіці та психології емоційний інтелект став об'єктом

досліджень у працях Л. С. Виготського, В. В. Давидова, А. Н. Леонтьєва, С. Л. Рубінштейна та ін. на основі поняття про єдність афекту та інтелекту [6].

Аналіз наукових джерел дозволяє виділити такі функції емоційного інтелекту: стресозахисну, адаптивну, рефлексивну та регулятивну [28, с. 286]. Щодо структури емоційного інтелекту, то її розуміють по-різному. Наприклад, Г. Гарднер у своїй концепції емоційного інтелекту виокремлює два його компоненти: внутрішньоособистісний (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) [26].

В запропонованій Дж. Мейером і П. Саловеєм моделі здібностей [35], що є своєрідним продовженням концепції емоційного інтелекту Х. 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 [34];

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 Х. Гарднера, Е. Торндайка та Р. Стернберга ця здатність називається «соціальним інтелектом», і є передумовою популярності людини, її лідерських навичок, ефективності у взаємодії з іншими [28, с. 282].

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. Бар-Оном, визначено п'ять його компонентів [29]: 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) [28, с.285].

Аналіз авторських концепцій емоційного інтелекту свідчить про те, що його структурні компоненти співвідносяться з певною групою здібностей – когнітивних, емоційних, особистісних, соціальних [16]. 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 [28, с.285-286].

У наш час немає єдиного погляду на можливості розвитку емоційного інтелекту. Низка вчених (Дж. Майєр, П. Саловей) вважають, що підвищити рівень емоційного інтелекту неможливо, оскільки це відносно стійка властивість людини [35]. 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 [31].

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. М. Андрєєва, розвиток емоційного інтелекту – важливий чинник підвищення психологічної культури суспільства в цілому [1].

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.

1.2. Передумови розвитку емоційного інтелекту у старших дошкільників

Питання сензитивного періоду для розвитку ЕІ залишається дискусійним. Проте більшість дослідників вважає таким періодом дитинство (І. М. Андреева, О. І. Власова, Д. Гоулман і ін.) [1; 5; 7].

У дошкільному віці починає закладатися здатність до емоційної децентрації, що передує інтелектуальній, становлення якої відбувається у старшому дошкільному віці [28]. 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. І. Божович [4], 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. А. Нгуен [20]. 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. А. 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 [20].

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.

Рівень ЕІ батьків. Генетичний компонент емоційного інтелекту пов'язаний, насамперед, зі статтю. У дослідженнях Д. Д. Гуастелло і С. Дж. Гуастелло виявлено значущу кореляцію між рівнем ЕІ дітей та їхніх матерів, тоді як кореляція між рівнем ЕІ дітей та їхніх батьків – відсутня [32].

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 [23]. 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 [15].

Домінування правої півкулі виступає в якості певного спадкового задатку емоційної сприйнятливості, яка характеризує успішність адаптації емоційної реакції на стимул до обставин. Слабо розвинена емоційна сприйнятливість частково спадкова і передбачає незрілі почуття. Для осіб, у яких вона розвинена високо, характерне поєднання задоволення особистих

потреб з інтересами суспільства [18]. Отже, емоційна сприйнятливість пов'язана з ефективним опрацюванням інформації, що стосується емоцій.

Властивості темпераменту можна віднести до вроджених задатків емоційної сприйнятливості. На думку А. В. Лібіна, і темперамент, і інтелект – характеристики інструментальної сфери індивідуальності, тільки темперамент характеризує її з боку активності, енергії, а інтелект – з боку можливостей суб'єкта, вміння розпорядитися цією енергією [16].

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 [16].

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. [2, с.198]

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]. Однак у міру становлення логічного, причинно-наслідкового мислення синтонність змінюється емпатією, яка є не стільки емоційне співзвуччя зі станом іншої людини, скільки його розпізнавання [32].

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 [8]. 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 [31]. 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 внутрішньоособистісному [1].

Отже, в основі біологічних передумов розвитку здібностей ЕІ лежать вроджені відмінності, що стосуються функціональної асиметрії мозку та властивостей темпераменту. Соціальні ж передумови розвитку ЕІ 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. Педагогічні чинники розвитку емоційного інтелекту у дітей дошкільного віку

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. О. Сухомлинський, «вчитель повинен уміти створити в учнів внутрішній стан емоційного піднесення, інтелектуального натхнення, бо без цього заняття спричинятимуть тільки байдужість, а нечутлива розумова праця принесе втому» [27]. Але недостатньо лише самому передавати емоції, необхідна ще емпатія, вміння помічати, розпізнавати, «читати», розуміти емоції дітей, адекватно на них реагувати.

Атмосфера емоційного комфорту. 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.

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 їх вияв, на розуміння внутрішнього світу інших, вчить керувати власними емоціями [23]. Спілкування відбувається під час виконання спільних завдань на занятті, дружніх розмов на прогулянках, індивідуальних контактів з вихователем.

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 [11].

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 і міцніше. 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 [3].

Наочність. 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.

Висновки до розділу 1

Аналіз психолого-педагогічних наукових джерел з проблеми дослідження дозволяє зробити такі висновки:

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 ЕІ з певною групою здібностей (когнітивних, соціальних, емоційних, особистісних тощо).

До чинників розвитку ЕІ відносяться біологічні (домінування правої півкулі, властивості темпераменту, рівень емоційного інтелекту батьків тощо) та 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 ЕІ 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 тощо (біологічні).

РОЗДІЛ 2

ЕМПІРИЧНЕ 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 було проведено на базі закладу дошкільної освіти № 33 ЦРД «Оселя талановитих» ХХХХХ.

Дослідження складалося з трьох етапів:

– *констатувального* (емпіричне дослідження емоційного інтелекту, його рівнів та компонентів у дітей старшого дошкільного віку – вересень 2019 р.).

Об'єм вибірки на цьому етапі дослідження – 70 дітей (35 хлопців та 35 дівчат) від 5 до 7 років, які відвідують старшу групу закладу дошкільної освіти, 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-розвивального* (побудова та впровадження корекційно-розвивальної програми, визначення психолого-педагогічних умов формування емоційного інтелекту старших дошкільників – жовтень-листопад 2019 р.).

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.

– *контрольного* (перевірка ефективності корекційно-розвивальної програми та визначених психолого-педагогічних умов формування емоційного інтелекту старших дошкільників – грудень 2019 р.).

Отримані на цьому етапі дані було опрацьовано шляхом застосування Т-критерія Вілкоксона.

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

1) методику М. А. Нгуен «Домальовування: світ речей–світ людей–світ емоцій» [17, с.14-15] (див. Додаток А.1), яка дає можливість з'ясувати рівень розвитку емоційного інтелекту та визначити спрямованість дитини на світ людини, речей чи емоцій;

2) проєктивну методику «Три бажання» М. А. Нгуен [17, с.16-17] для з'ясування спрямованості дитини на себе чи на інших (див. Додаток А.2);

3) методику «Що? Чому? Як?» [17, с.19-20], яка дозволяє виявити ступінь готовності дитини враховувати емоційний стан іншої людини, співпереживати, піклуватися про неї (див. Додаток А.3);

4) методику «Емоційна ідентифікація» (О. І. Ізотова, Є. В. Нікіфоров), що спрямована на виявлення особливостей ідентифікації (сприйняття та розуміння) емоцій різних модальностей, рівня уявлень дітей про власні емоції; особливості вербалізації емоційних проявів; рівень їх емоційного досвіду тощо (див. Додаток А.4);

5) графічну методику «Кактус» М. О. Панфілової, яка дозволяє визначити особливості емоційно-особистісної сфери дитини [20] (див. Додаток А.5);

Усі методики проводились індивідуально з кожним досліджуваним.

Статистична обробка даних і графічна презентація результатів

здійснювалася з використанням стандартного пакету MS Excel та комп'ютерного пакету статистичних програм SPSS 22.0.

2.2. Емоційний інтелект та його складові у дітей старшого дошкільного віку

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 ЕІ: низький з орієнтацією на світ речей – у 16 дітей (22,86%): 8 дівчат та 8 хлопців; середній зі спрямованістю на світ людей – у 35 дітей (50 %): 16 дівчат і 19 хлопців і високий з орієнтацією на світ емоцій – у 19 дітей (27,14%): 11 дівчатам і 8 хлопцям. Статистично значущих відмінностей за цими шкалами за статтю виявлено не було.

За допомогою проективної методики «Три бажання» було виявлено спрямованість дитини на себе або на інших і загальний показник рівня розвитку ЕІ. Різниця результатів за даною методикою від 2 до 6 балів з 6 можливих. Орієнтацію на себе і низький рівень розвитку ЕІ діагностовано у 35 досліджуваних (50%): у 27 дівчат і 8 хлопців. Як видно з рисунка, високий рівень ЕІ і орієнтацію на емоції і почуття іншої людини демонструють 9 дітей/хлопців (12,86%). Середній рівень розвитку ЕІ властивий 26 досліджуваним (37,14%), з них – 9 дівчат і 17 хлопців (рис. 2.2).

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 дівчат (7,14% від загальної кількості дітей). Середній рівень готовності до співпереживання, піклування про іншу людину продемонстрували 52 дитини (74,29%), з них 20 дівчат і 32 хлопці. Високий ступінь готовності до врахування емоційного стану іншої людини сформований у 13 дітей (18,57%), з них 10 дівчат і 3 хлопців.

Методика «Емоційна ідентифікація» О. І. Ізотової, Є. В. Нікіфорова (2004) 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 довільного 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» (див. Додаток А.4). 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 2.1, 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 2.1

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

Показники	Рівні сформованості характеристики		
	високий	середній	низький
ідентифікація емоцій	12,86%	70%	17,14%
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 хлопців), середній – у 64,29% (45 дошкільнят, з них: 28 хлопців і 17 дівчат); низький – у 25,71% дітей (18 дівчат).

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

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. 2.4):

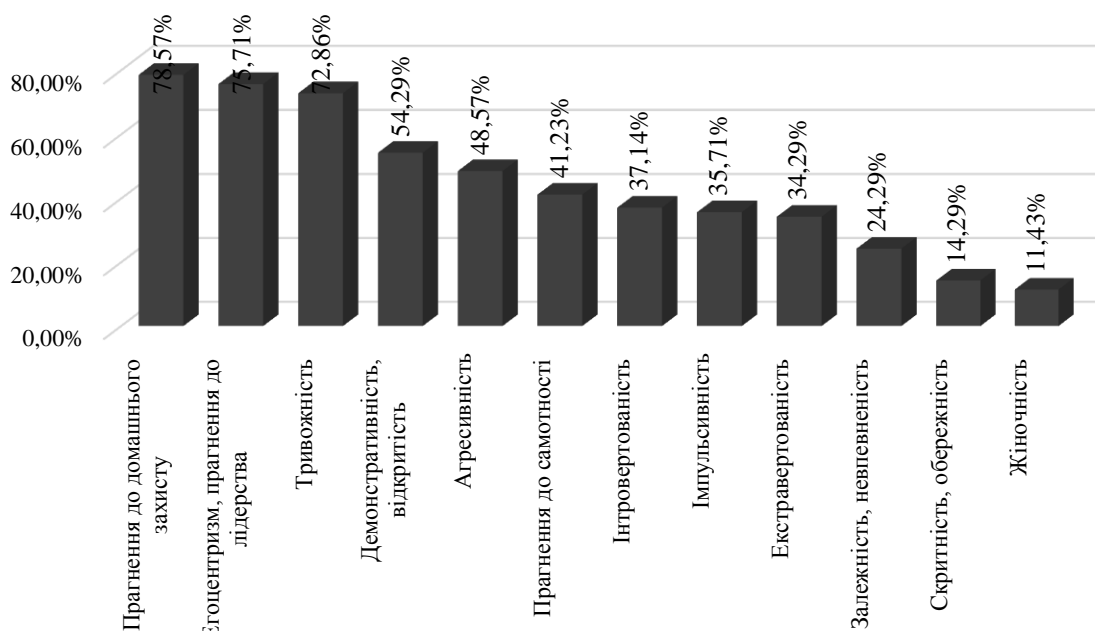


Рис. 2.1. Домінуючі особистісні прояви у дітей старшого дошкільного віку, %

Для оцінки відмінностей між хлопцями та дівчатами за всіма

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

Статистично значущих відмінностей за рівнями сформованості ЕІ 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 тенденції 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, 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, егоцентризму, тривожності, демонстративності, агресивності, що часто призводять до нерозуміння власних емоцій та емоцій інших, а також невміння керувати ними.

2.3. Процедура та результати апробації корекційно-розвивальної програми

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

- 1) унормування 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 (через спостереження, усвідомлення почуттів та потреб, вираження їх у формі прохання, глибоке емпатійне слухання власних почуттів та потреб, почуттів і потреб інших).

Відтак нами було розроблено та апробовано програму розвитку емоційного інтелекту дітей дошкільного віку з урахуванням визначених психологічних особливостей (див. Додаток Б).

Метою програми є гармонізація й оптимізація рівня емоційного інтелекту старших дошкільників та перевірка психолого-педагогічних умов його формування в умовах закладу дошкільної освіти.

Крім того, реалізація корекційно-розвивальної програми передбачала вирішення таких завдань: сприяти розумінню свого емоційного стану, його причин, наслідків, усвідомленню і готовності виражати позитивні і негативні емоції (образу і незадоволення); сприяти набуттю способів самовладання та розвитку самоконтролю, керування своїми емоціями (гніву, страху, провини, сорому, шляхетністю, гордістю, співчуттям тощо); сприяти набуттю навичок

зняття емоційної напруги, переборювати тривожність і страх; формувати позитивну самооцінку, почуття власної неповторності та особистісної значущості; розвивати вміння бачити позитивні риси в собі та в інших, чутливість до емоційного стану інших, сприяти формуванню вміння спілкуватися; розвивати вміння виражати співчуття до інших, покращувати настрій людей, виховувати любов та емпатію; розвивати уміння спільної діяльності, вміння співпереживати, уміння турбуватися про інших, створювати позитивну емоційну атмосферу.

Тривалість програми – 7 занять по 20-25 хвилин, які проводились 1 раз на тиждень впродовж 1 місяця і 3 тижнів. Форма роботи: групова. Кожне заняття було спрямоване на реалізацію окремого завдання корекційно-розвивальної програми. При підборі методів і технік роботи з дошкільниками враховувались їхні вікові, індивідуальні особливості, провідний тип діяльності у дошкільному віці, психологічні новоутворення у дітей старшої дошкільної групи, а також результати, отримані на констатувальному етапі емпіричного дослідження. Попри організацію корекційно-розвивального середовища в умовах закладу дошкільної освіти, важливо було здійснювати і співпрацю з батьками, яка в контексті апробації програми не виступала окремим завданням.

Техніки та методи: вирішення проблемних ситуацій, бесіди, етюди, рольові ігри, вправи на релаксацію та візуалізацію, самопізнання, самооцінювання, психогімнастика, арттерапевтичні техніки тощо.

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, їхнього 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 (далі – ЕГ) та контрольну (далі – КГ) групи (по 33 досліджуваних у кожній, з них: з низьким рівнем ЕІ – по 8 дітей, з середнім – по 25).

З метою визначення наявності/відсутності відмінностей між ЕГ та КГ 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 нами за особистісними поведінковими проявами.

Ефективність апробованої корекційно-розвивальної програми підтверджено шляхом порівняння даних ЕГ і КГ з середнім та низьким рівнями ЕІ за допомогою T-критерію Уїлкоксона (табл. 2.3). Отримані результати засвідчують, що у досліджуваних експериментальної групи із середнім рівнем емоційного інтелекту суттєво підвищився рівень останнього за рахунок зниження таких емпіричних показників як 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 2.2

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

№	Показники, що розвиваються/корегуються	Групи досліджуваних			
		з середнім рівнем емоційного інтелекту		з низьким рівнем 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.

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

Висновки до розділу 2

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 ЕІ, тривожність, імпульсивність та агресивність – у дітей з низьким рівнем ЕІ, імпульсивність, прагнення до самотності, інтровертованість – у дітей з середнім рівнем ЕІ.

На основі результатів теоретичного й емпіричного фрагментів дослідження обґрунтовано психолого-педагогічні умови формування емоційного інтелекту старших дошкільників; проведено формувальний експеримент, в основу якого покладено розроблену корекційно-розвивальну програму.

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 умов та ефективність корекційно-розвивальної програми.

ВИСНОВКИ

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 інтегративна здібність, яка проявляється у розумінні власних емоцій та емоцій інших, а також в умінні керувати ними.

Сучасні наукові підходи до вивчення емоційного інтелекту (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.) співвідносять компоненти емоційного інтелекту з певною групою здібностей (когнітивних, соціальних, емоційних, особистісних).

До чинників розвитку емоційного інтелекту відносяться біологічні (домінування правої півкулі, властивості темпераменту, рівень емоційного інтелекту батьків тощо) і 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 тощо (біологічні).

Результати емпіричного дослідження свідчать про домінування у старших дошкільників помірних рівнів розвитку емоційного інтелекту зі спрямованістю на світ людей (50%), готовності до співпереживання,

піклування про іншого (74,29%), орієнтації на себе (50%), таких особистісних поведінкових проявів як прагнення до домашнього захисту, егоцентризму, тривожності, демонстративності, агресивності, що часто є причинами нерозуміння власних емоцій та емоцій інших, а також невміння керувати ними. Дітям з високим рівнем розвитку емоційного інтелекту властиві відкритість, обережність, прагнення до лідерства, у дітей з низьким його рівнем переважають тривожність, імпульсивність та агресивність; для дітей середнім рівнем характерні імпульсивність, прагнення до самотності, інтровертованість, у порівнянні з групою дітей з високим рівнем,

Визначені за результатами теоретичного й емпіричного фрагментів дослідження психолого-педагогічні умови 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) лягли в основу корекційно-розвивальної програми «Я розумію себе, я розумію тебе», яка довела свою ефективність. 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.

Проведене наукове дослідження не вичерпує усіх аспектів вирішення проблеми обґрунтування психолого-педагогічних умов формування емоційного інтелекту у дітей старшого дошкільного віку. Перспективи подальших досліджень вбачаємо у вивченні питань впливу на формування емоційного інтелекту статевої приналежності, віку тощо, проблеми забезпечення формування емоційного інтелекту в контексті наступності закладу дошкільної освіти та школи.

СПИСОК ВИКОРИСТАНОЇ ЛІТЕРАТУРИ

1. Андреева И.Н. Эмоциональный интеллект: исследования феномена. *Вопросы психологии*. 2006. № 3. С.78–86.
2. Андреева И.Н. Эмоциональный интеллект как феномен современной психологии. Новополоцк : ПГУ, 2011. 388 с.
3. Атемасова О. А. Проблеми розвитку та корекція емоційної сфери. Харків: Ранок, 2010. 176 с.
4. Божович Л. И. Личность и ее формирование в детском возрасте. Санкт-Петербург: Питер, 2008. 398 с.
5. Власова О.І. Психологія соціальних здібностей: структура, динаміка, чинники розвитку. Київ : ВПЦ «Київський університет», 2005. 308 с
6. Выготский Л.С. Мышление и речь: собр. соч.: в 6 т. Москва : Педагогика, 1982. Т.2. С.5–361.
7. Гоулман Д. Эмоциональный интеллект / пер. с англ. А.П.Исаевой. Москва: АСТ; Владимир; ВТК, 2009. 478 с.
8. Давыдова Ю. В. Эмоциональный интеллект: сущностные признаки, структура и особенности проявления в подростковом возрасте: автореф. Канд. Псих. Наук.19.00.01. Москва, 2011. 20 с.
9. Дерев'янка С.П. Актуалізація емоційного інтелекту в емоціогенних умовах. *Соціальна психологія*. 2008. № 1. С.96–104.
10. Дружинин В.Н. Метафорические модели интеллекта. *Психологический журнал*, 1999. Т. 20. № 6. С. 44–52.
11. Зарицька В.В. Розвиток емоційного інтелекту в контексті компетентнісно спрямованої освіти. *Компетентнісно спрямована освіта: перший досвід, порівняльні підходи, перспективи* : матер. Всеукр. наук.-практ. конф. (м. Київ, 28 квітня 2011 р.). Київ : Ін-т сучасн. підр., 2011. 92 с.
12. Іванова Є. О. Чинники розвитку емоційного інтелекту в підлітків та психокорекційна робота щодо оптимізації його рівня. *Актуальні проблеми*

соціології, психології, педагогіки. 2015. №3. С. 51-59. URL: http://nbuv.gov.ua/UJRN/apspp_2015_3_8 (дата звернення: 12.10.2019).

13. Изотова Е. И., Никифорова Е. В. Эмоциональная сфера ребенка: Теория и практика : учеб. пособие для студ. высш. учеб. заведений. Москва : Издательский центр «Академия», 2004. 288 с.

14. Колтунович Т. А., Поліщук О. М. Особливості емоційного інтелекту у майбутніх вихователів. *Молодий вчений*. 2018. № 4 (56). С. 218–227.

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

16. Либин А. В. Дифференциальная психология: На пересечении европейских, российских и американских традиций. Москва: Смысл; Per Se, 2000. 549 с.

17. Люсин Д. В. Опросник на эмоциональный интеллект. *Практична психологія та соціальна робота*. 2010. №12. С. 39–48.

18. Лящ О. П. Детермінанти та можливості формування емоційного інтелекту особистості. *Науковий часопис Національного педагогічного університету імені М. П. Драгоманова*. Серія 12: Психологічні науки. Випуск 1(46). С. 210–216.

19. Манилюк Ю. Оптимальна модель педагогічної взаємодії у дитсадку. *Дошкільне виховання*. 2012. №8. С. 11–15.

20. Нгуен М. А. Диагностика уровня развития эмоционального интеллекта старшего дошкольника. *Ребёнок в детском саду*. 2008. № 1. С. 83–85.

21. Нгуен М. А. Психологические предпосылки возникновения эмоционального интеллекта в старшем дошкольном возрасте. *Культурно-историческая психология*. 2007. Том 3. № 3. С. 46–51.

22. Носенко Е. Л. Емоційний інтелект як соціально значуща інтегральна властивість особистості. *Психологія і суспільство*. 2004. № 4. С. 95–109.

23. Орме Г. Эмоциональное мышление как инструмент достижения успеха. Москва : КСП+, 2003. 272 с.

24. Панфилова М. А. Графическая методика «Кактус». *Обруч*. 2000. № 5. С. 12–13.
25. Прусакова О. А., Сергиенко Е. А. Понимание эмоций детьми дошкольного возраста. *Вопросы психологии*. 2006. № 4. С. 24–35.
26. Стайн Д. Язык интеллекта. Москва : Изд-во ЭКСМО, 2006. 352 с.
27. Сухомлинський В. О. Сто порад учителям. Київ : Радянська школа, 1988. 310 с.
28. Шпак М. В. Емоційний інтелект в контексті сучасних психологічних досліджень. *Психологія особистості*. 2011. № 1 (2) С. 282-287.
29. Bar-On R. Emotional Quotient Inventory: Technical Manual (A Measure of Emotional Intelligence). Toronto : Multi-Health Systems, 1997. 216 p. URL:
30. Gardner H. Multiple intelligences: the theory in practice. New York : Basic Books, 1993. 304 p. URL: <https://howardgardner01.files.wordpress.com/2012/06/443-davis-christodoulou-seider-mi-article.pdf> (дата звернення: 12.10.2019).
31. Goleman D. Sex roles reign powerful as ever in the emotions. *The New York Times*. August 23. 1988. by The New York Times Company. (Reprinted by permission). URL: <https://www.nytimes.com/1988/08/23/science/sex-roles-reign-powerful-as-ever-in-the-emotions.html> (дата звернення: 10.10.2019).
32. Guastello D.D., Guastello S.J. Androgyny, gender role behavior, and emotional intelligence among college students and their parents. *Sex Roles: A J. of Research*. 2003. URL: https://www.academia.edu/7192493/Androgyny_gender_role_behavior_and_emotional_intelligence_among_college_students_and_their_parents (дата звернення: 10.10.2019).
33. Hoffman M. Empathy, role taking and development of altruistic motives // Takela M. (ed.). *Moral development and behavior* / Ed. by Takela M. New York : Holl, 1976. URL: <http://citeseerx.ist.psu.edu/viewdoc/download?doi=10.1.1.847.8340&rep=rep1&type=pdf> (дата звернення: 10.10.2019).
34. Mayer J.D., Salovey P., Caruso D. Emotional intelligence: Theory, findings, and implications. *Psychol. Inq.* 2004. V. 15. № 3. P. 197–215.

35. Mayer J.D., Salovey P. The Intelligence of emotional intelligence. *Intelligence*. 1993. V.17. № 4. P. 433–442.

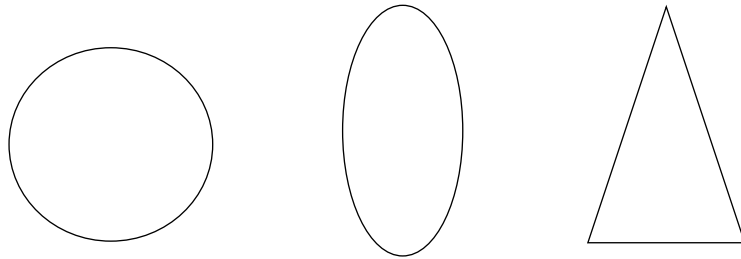
ДОДАТКИ

Додаток А.1

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 А.2

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 з 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 А.3

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

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

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

Текст для дівчат: «Мене звати Аня. Я вчуся 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 хлопці в школі його помічають, особливо хлопчик на ім'я Вова. Вова - заводила серед хлопців. І ви знаєте, він і 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 звать 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 у двір з велосипедом. 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 трибальною 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 надійшла (надійшов)?»

- 0 балів – дитина не розуміє питання.
- 1 бал – «Щоб не сміялися»; «Щоб не кривдили».
- 2 бали – «Люди відчувають 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 - почуття ображеної людини.

Рівні розвитку емоційного інтелекту: низький: 0–2 бали; середній: 3–4 бали; високий: 5–6 балів.

Додаток А.4

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 А.5

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:

1. Цей кактус домашній або дикий?
2. Цей кактус сильно колеться? Його можна помацати?
3. Кактусу подобатися, коли за ним доглядають, поливають, удобрюють?
4. Кактус росте один або з якою-небудь рослиною по сусідству? Якщо зростає з сусідом, то, яка це рослина?
5. 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 малюнок 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 Б

Програма розвитку емоційного інтелекту дітей старшого дошкільного віку «Я розумію себе, я розумію тебе»

Дослідження емоційного аспекту 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.

Найбільш ефективними методами розвитку емоційної сфери дітей є: ігрові прийоми, арттерапія, психогімнастика, хвилинки релаксації, поведінкова терапія [14].

У сучасній психолого-педагогічній науці проблему розвитку емоційного інтелекту вивчають у контексті гуманізації освіти.

Основна мета програми – гармонізація й оптимізація рівня ЕІ 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.

Техніки та методи: вирішення проблемних ситуацій, бесіди, етюди, рольові ігри, вправи на релаксацію та візуалізацію, самопізнання, самооцінювання, психогімнастика, арттерапевтичні техніки тощо.

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

1. «Нумо знайомитись».
2. «Дружба починається з посмішки»
3. «Які ми?»
4. «Зігрітий теплом»
5. «Образа»
6. «Мені не страшно»
7. «Кольорове чудо»
8. «Настрій дня»

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 любиш 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 любить 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 каже 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 щиро всміхнулися. 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?
- Хто 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 слухати вічність. 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 ззовні? (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, уміння 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 маленького зляканого кошеня, який сидів на узбіччі зовсім один. 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 групи 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 настрій 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 відчувати 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 ми зробимо 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 відчувати на дотик чи смак, але в душі нам стає гірко від неї. Світ стає сірим та невеселим. Але слід пам'ятати, що обрати 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!» (3 хв.)

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, їй страшно. Вона думає, що вихователь злий, а діти будуть насміхатися з неї. 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 назавжди:

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 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 їй?

Вихователь ділить дітей до 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.)