

Муниципальное автономное дошкольное образовательное учреждение «Детский сад общеразвивающего вида с приоритетным осуществлением деятельности по художественно – эстетическому и социально – личностному развитию детей № 21 «Искорка»

Методическая разработка

Статья «Роль семьи в развитии социального и эмоционального интеллекта ребенка»

Подготовила и провела:

Воспитатель Е.В.Гурулева

Г. Бердск

В начале XX века значительное внимание в развитие личности уделялось умственному развитию (IQ). Большая часть тестов и программ обучения были направлены на развития когнитивных способностей (память, внимание, концентрация, восприятие, быстрота реакции и т. д.). Считалось, что развитие этих навыков повысит социальную значимость индивида и позволит улучшить качество жизни. Однако, лонгитюдные исследования личности показали, что повышенный уровень коэффициента умственного развития (IQ) не является залогом успешности и социальной адаптации. Также ученые пришли к выводу, что развитие только элементов общего интеллекта, но игнорирование развития эмоциональной и социальной сферы, может привести к состоянию душевных беспокойств, эмоциональных взрывов, частых конфликтных ситуаций, к состоянию неудовлетворенности своей жизнью, к трудностям в построении взаимоотношений и получении социальной поддержки.

«Эмоциональный интеллект — это не противоположность интеллекту, не триумф разума над чувствами, это уникальное пересечение обоих процессов» (Mayer J. D., Salovey P., Caruso D. R., 1997) Родившись, ребенок уже испытывает базовые эмоции, но не может ими управлять и осознавать. Эмоции необходимы младенцу для выживания и взаимодействия с родителем. Благодаря проявлению эмоций, родитель определяет потребности младенца и удовлетворяет по необходимости. Х.Остер и П.Экман говорили о том, что уже с момента рождения младенец может проявлять эмоции через мимику. А с 20 недели беременности эмбрион способен менять выражение лица (Oster, Ekman, 1978). Доказано, что значимую роль в освоении и проявлении эмоций в раннем детстве через освоение мимики играет мать. В зависимости от ее реакций, демонстрацию эмоций при общении, формируется эмоциональная экспрессия у ребенка. С появлением речи, ребенок начинает использовать верbalный канал для определения эмоционального переживания и состояния

По мере взросления родитель обучает ребенка осознавать свое эмоциональное состояние, помогает определить испытываемую эмоцию, назвать ее, указать на причины возникновения. Таким образом ребенок знакомится с миром эмоций. Безусловно, эмоциональная осведомленность родителя играет значительную роль в формировании навыков эмоциональной грамотности у ребенка. Однако, бывает и такое, что родитель накладывает запрет на проявление «неприятных» эмоций, концентрируясь только на «приятных» надеясь на то, что ребенок обретет позитивный жизненный настрой, концентрируясь только на положительных эмоциях.

Исследования показали, что, подавляя эмоции ребенка, разделяя переживаемые чувства на «приемлемые» и «неприемлемые» родитель блокирует «эмоциональную чуткость» ребенка на подсознательном уровне. Таким образом, подавление «неприемлемых» переживаний дестабилизирует психику ребенка. Признаками выступают: сложности в построении межличностных отношений, неспособность определить свои истинные желания и потребности, трудности в адаптационном процессе, соматизация. Например, подавление эмоции грусти и печали у мальчиков раннего возраста, может привести к отсутствию способности проявлять заботу, любовь, поддержку во взрослой жизни. Запрещая девочке испытывать эмоцию «злость», приписывая эту эмоцию только «некошерным девочкам», в будущем могут возникнуть проблемы с выстраиванием личных границ и способностью выражать свою потребность, не испытывая страха.

Психическое здоровье ребенка зависит не от самого факта наличия приятных и неприятных эмоций в жизни, а от их равномерной периодизации. Доказанный факт, что дети, имеющие опыт переживания грусти, вырастут более эмпатичными, чем те, которых оберегали от этих эмоций. Ребенку необходимо понимать и проявлять свои эмоции в полном объеме — это учит понимать себя, свои потребности, определять личные границы свои и другого человека, выставлять социальные взаимодействия. Развитие эмоционально-волевой сферы, в частности эмоционального интеллекта

становится одной из актуальных проблем настоящего времени и взрослых, и детей.

Как мы видим, эмоциональный интеллект играет важнейшую роль в жизни и карьере. Однако для того, чтобы этот уникальный вид интеллекта проявился и сработал, мы должны его развивать не путем тренингов и семинаров во взрослый период жизни, а еще в семье.

В воспитании эмоциональной отзывчивости ребенка в семье очень важно:

— эмоциональный микроклимат семьи, определяющийся в значительной степени характером взаимоотношений членов семьи, и в первую очередь родителей. При отрицательных взаимоотношениях огромный вред настроению ребенка, его работоспособности, взаимоотношению со сверстниками наносит разлад родителей;

— представление родителей об идеальных качествах, которые они желали бы видеть у своего ребенка в недалеком будущем. Идеальным большинство родителей считают те качества ребенка, которые прямо или косвенно связаны с интеллектуальным развитием: усидчивость, сосредоточенность, самостоятельность, прилежание, желание учиться, добросовестность. Реже можно слышать о таких идеальных качествах, как доброта, внимание к другим людям;

— личные переживания родителей по поводу тех или иных качеств, обнаруженных в собственном ребенке. Что родителям нравится, что радует в ребенке и, что огорчает, беспокоит в нем. Конечно, родители сознают необходимость воспитания у ребенка не какого-то одного, изолированного качества, а системы качеств, соотнесенных и связанных между собой: интеллектуальных и физических, интеллектуальных и нравственных;

— важно, чтобы родители замечали некоторую избирательность ребенка в отношении к занятиям, к разным видам деятельности и насколько эта избирательность выражена. Любит ли он играть и в какие игры, как долго может заниматься этим; любит ли мастерить, клеить, вырезать, строить из

конструктора; сохраняет ли свои поделки и постройки или тут же выбрасывает и ломает их;

— необходимо привлекать ребенка к участию в будничных делах семьи: уборке квартиры, приготовлению еды, стирке и т.д. Необходимо постоянно обращать внимание родителей на то, что, поощряя ребенка даже за незначительную помощь, подчеркивая его причастность к общим проблемам и заботам семьи, родители тем самым вызывают положительные эмоции у ребенка, укрепляют его веру в свои силы, пробуждают социально необходимые качества личности;

— очень важно родителям осознавать роль их собственного участия в совместной с ребенком деятельности. Распределяя с ребенком действия, чередуя их, включая его на равных в выполнении посильных дел и заданий, родители тем самым способствуют развитию его личностных качеств: внимания к другому, умения прислушаться и понять другого, откликнуться на его просьбы, состояние.

Дети должны постоянно чувствовать, что родителей тревожат не только их успехи в приобретении различных навыков и умений. Устойчивое внимание родителей к личностным качествам и свойствам детей, к взаимоотношениям со сверстниками, к культуре их отношений и эмоциональных проявлений укрепляет в сознании дошкольников социальную значимость и важность этой особой сферы – сферы эмоционального отношения к другим людям.

С целью развития эмоционального интеллекта у детей дошкольного и школьного возраста можно порекомендовать некоторые приемы, которые родителей могут использовать для работы с детьми в семье:

- Создавайте положительный эмоциональный фон в вашей семье. Это улучшает самочувствие ребенка. Ребенок не может думать о других, если он сам плохо чувствует себя.
- Беседа с ребенком: поговорите со своим ребенком по поводу того, что сегодня происходило в детском саду или во дворе, при

этом делаете акцент на то, как он сам эти эмоциональные ситуации воспринимал и какие эмоции возникли у него тогда. Попробуйте с ним обсудить, как можно иначе себя вести, какие варианты поведения были бы возможны, как другие чувствовали себя тогда и воспринимали его поступки. Как они могли бы среагировать если бы он вел себя иначе. Давайте ребенку свободу рассуждать и возможность высказать все, что он думает, а затем вместе с ним выберите самый подходящий способ вести себя в каждой ситуации.

- Страйтесь вести себя спокойно и достойно. Не забудьте что вы — примеры для своего ребенка. Вы не можете учить своего ребенка вести себя так, а сами поступаете по-другому. Дети учатся, подражая действиям окружающих людей, в первую очередь своих родителей.
- Поощряйте совместную игру своего ребенка с другими детьми. Именно в совместной деятельности ребенок приобретает коммуникативные навыки, терпимость и другодоминантность.
- Помогайте своему ребенку распознавать различные эмоции и эмоциональные состояния по рисункам и фотографиям, которые вы можете найти в разных журналах и газетах.
- Читайте своему ребенку рассказы и стихи, насыщены эмоциями. Эти детские произведения вы можете найти в детских книгах, сборниках, в учебных пособиях для школьников 1, 2 классов. Опять же поговорите с ребенком по поводу поведения героев в этих рассказах и спросите его мнение, оценку ситуации и его возможные варианты поведения. Можно также поставить вопрос по поводу изменения некоторых деталей или концовки рассказа.
- Обратите внимание на то, как ребенок ведет себя с другими людьми и обсудите с ним по поводу последствий своих поступков. Кроме того, придумайте обстоятельства, где ребенок мог бы участвовать для того, чтобы он сам научился понимать свои эмоции и

эмоции других людей. Вообще, если мы оказываем ребенку поддержку в те моменты, когда он проявляет эмоции, причем даже такие «негативные», как злость или страх, мы демонстрируем уважение к его чувствам и, следовательно, поддерживаем у него ощущение собственной значимости. Дети, которым дают возможность проявлять свои эмоции, получают возможность творчески использовать их в своей жизни. Это помогает укрепить важные связи между эмоциональными и познавательными процессами. При этом важно разговаривать о чувствах, поскольку при проговаривании, назывании эмоций мы помогаем ребенку осмыслить эмоциональный опыт. А вот регулярное подавление эмоций влечет за собой появление страхов и неуверенность в себе, снижение способности к обучению и запоминанию.

- Поговорите с ребенком по разным обыденным темам: почему мы должны помогать друг другу, как другой человек почувствует себя, если мы ему поможем, и если нет; что мы чувствуем, когда ругаемся, и когда стараемся спокойно поговорить друг с другом; что делать, если какой-то друг или подруга грустит или радуется; что делать, если самому скучно; что нужно делать, если у себя есть пирог, а у друга нет... Во всех этих ситуациях старайтесь показать ребенку, насколько важна ориентация на других людей, а не только на себя.
- Снимайте стресс ребенка с помощью двигательных упражнений.
- Поощряйте и позволяйте детям выражать свои эмоции, называйте и обсуждайте чувства ребенка, выводя их к четырем годам на уровень осознанного диалога и успех в развитии эмоционального интеллекта у детей за нами!

Список литературы

Список литературы

- Сёмина, Р. Р. К вопросу о влиянии родителя на эмоциональный интеллект ребенка / Р. Р. Сёмина. — Текст : непосредственный // Молодой ученый. — 2020. — № 15 (305). — С. 286-288.
- Яковлева Е. Л. Эмоциональные механизмы личностного и творческого развития // Вопросы психологии. 1997. № 4. Андреева И. Н. Понятие и структура эмоционального интеллекта / И. Н. Андреева // Социально-психологические проблемы ментальности. Смоленск: СГПУ, 2004.
- Андреева.И. Н. Эмоциональный интеллект как феномен современной психологии. //Новополоцк: ПГУ, 2011. — 388 с. Орме Г. Эмоциональное мышление как инструмент достижения успеха. — М.: “КСП+”, 2003. — 272 с.
- <https://moluch.ru/archive/305/68722/>