**Итоги проектной деятельности педагога-психолога по развитию «эмоционального интеллекта» с детьми предшкольного и младшего школьного возрастов**

**Научно-методический материал (статья)**

**Котлярова Наталья Анатольевна**

**МАУ «Центр психолого-педагогической, медицинской и социальной помощи» г. Кунгур**

**Педагог-психолог**

Педагог-психолог МАУ «ЦППМСП» за период учебного года реализовывала на ИКРЗ проект по развитию «эмоционального интеллекта» у детей предшкольного, младшего школьного возрастов.

Актуальность проектной деятельности в том, что одностороннее развитие интеллекта у детей (в том числе у детей с ОВЗ и с инвалидностью) обедняет эмоциональную сферу ребенка, не давая ей полноценно развиваться; увеличивается темп, напряженность и насыщенность современной жизни, что негативно влияет на эмоциональное состояние детей, нарушает их психологическое развитие, способствует дезадаптации. По данным Н.П. Вайзман, «… предболезненные формы нервно - психических отклонений встречаются у 70% первоклассников…» [7].

Таким образом, развитие у детей умений осознавать и принимать свои негативные чувства, улучшать своё состояние, понимать эмоции окружающих людей способствует дальнейшей социализации обучающихся и формированию у них «эмоционального интеллекта».

Эмоции являются мощным регулятором нашего поведения и деятельности, поэтому способность владеть ими для детей чрезвычайно важна, и развивать ее нужно начиная с раннего детского возраста. Для осознания своих эмоциональных состояний ребенку необходимо иметь представление о различных эмоциональных переживаниях и о возможных причинах, их вызывающих.

Цель проекта: формирование «эмоционального интеллекта» у детей предшкольного и младшего школьного возрастов.

Основные задачи проекта:

* Изучить эмоциональную сферу у детей, посещающих ИКЗ, на подготовительном и заключительном этапах проекта;
* Разработать программу по развитию «эмоционального интеллекта» у детей предшкольного и младшего школьного возрастов;
* Познакомить обучающихся с базовыми эмоциями, научить распознавать собственные и чужие эмоции, осознавать их значение и смысл;
* Снизить психоэмоциональное напряжение ребенка, тревожность и агрессию;
* Развить навыки произвольной саморегуляции эмоционального состояния у детей.
* Вовлечь родителей детей, посещающих ИКЗ, в реализацию задач проекта.

Ожидаемый результат:

1. Улучшение эмоционального состояния детей.

2.Формирование у детей представлений о базовых эмоциях и чувствах.

3.Обеспечение осознанного участия семьи в формировании эмоциональной сферы ребенка.

4.Позитивная динамика в развитии эмоциональной сферы детей (позитивное психоэмоциональное состояние ребенка, контактность, соответствующее возрасту поведение).

План реализации проекта включает в себя подготовительный, основной и заключительный этапы. В подготовительном этапе идёт изучение литературы по теме проекта, подбор диагностического и дидактического материалов к программе по развитию «эмоционального интеллекта» у детей; разработка программы по развитию эмоций, изучение эмоциональной сферы у детей, посещающих КРЗ. Основной этап проекта: занятия с детьми по «Программе развития эмоциональной сферы детей предшкольного и младшего школьного возрастов «Страна эмоций»;консультации для родителей«Приёмы развития «эмоционального интеллекта» ребёнка». На заключительном этапе проводится итоговая диагностика эмоциональной сферы у детей, посещающих КРЗ, подводятся итоги реализации проекта и дальнейшего его развития.

В разработанной программе «Страна эмоций» дети знакомятся с базовыми эмоциями и состояниями (радость, грусть, гнев, страх, удивление, обида). Это способствует формированию у них когнитивной составляющей эмоционально-волевой саморегуляции. В процессе занятий у ребёнка расширяются знания об эмоциональной сфере человека, обогащается эмоциональный словарь, закрепляются умения узнавать эмоции по их внешним невербальным проявлениям, развивается способность лучше понимать себя и другого человека, причины поведения людей.

Данный курс представляет модификацию программ Е. Н. Лебеденко «Развитие самосознания и индивидуальности. Выпуск 1. Какой Я?», О.В. Хухлаевой «Тропинка к своему Я», А.В. Ухановой «Программы развития эмоционально-волевой и коммуникативной сферы дошкольников» и предполагает изучение одного из разделов – знакомства с базовыми эмоциональными состояниями. Система занятий рассчитана на 9 тем (12 часов), реализуется в индивидуальной или групповой форме работы с детьми предшкольного и младшего школьного возрастов.

Во время занятий у ребенка происходит становление самосознания, самоконтроля, совершенствование социально-бытовой и социокультурной компетенции. Отсутствие отметок снижает тревожность обучающихся, исчезает боязнь ошибочных ответов. В результате у детей формируется отношение к данным занятиям как к средству познания и развития своей личности.

Методологическая основа программы.

Теория фундаментальных эмоций К. Изарда, согласно которой эмоции рассматриваются отдельно от других как самостоятельный переживательно – мотивационный процесс стороны, и как фундаментальный личностный процесс.

 Теоретические положения Л.С. Выготского об эмоциях как о центральном звене психической жизни человека.  Л.С. Выготский, А.В. Запорожец указывали, что только согласованное функционирование двух систем – интеллектуальной и эмоциональной, их единство может обеспечить успешное выполнение любых форм деятельности. Эмоциональное состояние человека – это основа основ его не только психического, но и соматического благополучия.

Формы работы.

При реализации программы используются следующие формы и методы работы: беседа, психогимнастика, ролевая игра, арт-терапевтические техники, проблемные ситуации, релаксационные методы, когнитивные методы. Основное содержание занятий составляют тренировочные упражнения, специальные задания, дидактические и развивающие игры.

Для закрепления изучаемого материала специалисты разрабатывают и используют новые методы работы с детьми в виде лэпбуков (папки с карманами) с заданиями по развитию (например, «Квестбук «Путешествие в страну Эмоций»).

Итоги диагностики детей по программе.

В диагностике принимали участие 15 человек в возрасте 7 – 12 лет. Обследование проводилось в два этапа. На начальном и заключительном этапах дети по 10-ти балльной шкале (адаптация методики Дембо-Рубинштейна) оценивали степень выраженности своих эмоций. Результаты показывают положительную динамику по состояниям «радость», «удивление» и снижение числовых показателей по эмоциям «грусти», «злости», «обиды», «страха».

Средние значения эмоциональных состояний представлены в диаграмме 1.

 Диаграмма 1

По ПКС «Статус» (МГНПП «Иматон») проведено обследование по методике Люшера. Выявлена положительная динамика по интегральному показателю (ИП) (основному показателю нервно-психического состояния детей), по суммарному отклонению от аутогенной нормы (СО) и вегетативному коэффициенту (ВК) (Диаграмма 2).

 Диаграмма 2

Литература:

1. Балакирева Т. С. Эмоции и дети – комплексные занятия педагога-психолога // Дошкольное воспитание. 2005.

 2. Гоулман Дэниел. Эмоциональный интеллект ; пер. с англ. А. П. Исаевой. - М. : ACT: ACT МОСКВА; Владимир: ВКТ, 2009. - 478с.

3. Загвоздкин В. К. Эмоциональный интеллект и его развитие в условиях семейного воспитания// Управление ДОУ. 2008. № 4.

4. Лебеденко Е. Н. Развитие самосознания и индивидуальности. Выпуск 1. Какой Я? М.: Книголюб. 2005.

5. Орме Г. Эмоциональное мышление как инструмент достижения успеха. М., 2003.

6. Митина Л. М., Асмаковец Е. С. «Эмоциональна гибкость учителя: психологическое содержание, диагностика, коррекция». М., 2001

## 7. Уханова А.В. Программы развития эмоционально-волевой и коммуникативной сферы дошкольников. Вестник практической психологии образования 2008 № 2. С.108.

## 8. Хухлаева О.В. Тропинка к своему Я. Москва.: Генезис,2013.