

УДК 373.24

Алина Витальевна Абсалимова
Наталья Юрьевна Ган
г. Шадринск

Система работы по развитию социально-эмоционального интеллекта у старших дошкольников

Данная статья посвящена вопросам развития социально-эмоционального интеллекта у детей старшего дошкольного возраста в рамках воспитательно-образовательной работы в дошкольной образовательной организации. Рассматривается актуальность целенаправленного, интегрированного развития социально-эмоционального интеллекта у детей старшего дошкольного возраста. Обосновывается необходимость системного подхода, интегрирующего специальные занятия, повседневное взаимодействие и сотрудничество с семьей.

Система нацелена на последовательное решение задач по развитию эмоционального (идентификация и вербализация эмоций, саморегуляция), когнитивного (формирование эмпатии, понимание эмоций других) и поведенческого (конструктивное общение, разрешение конфликтов) компонентов социально-эмоционального интеллекта. Реализация предлагаемой системы создает научно-методическую основу для формирования у старших дошкольников компетенций, необходимых для построения позитивных социальных взаимодействий и успешной адаптации детей в будущей учебной деятельности.

Ключевые слова: социально-эмоциональный интеллект, система развития, старший дошкольный возраст.

Alina Vitalyevna Absaliyeva
Natalya Yuryevna Gan
Shadrinsk

The work on the development of socio-emotional intelligence in older preschoolers

This article is devoted to the development of socio-emotional intelligence in older preschool children as part of educational work in a preschool educational institution. The relevance of purposeful, integrated development of socio-emotional intelligence in older preschool children is considered. The necessity of a systematic approach integrating special classes, everyday interaction and cooperation with the family is substantiated.

The system is aimed at consistently solving the tasks of developing the emotional (identification and verbalization of emotions, self-regulation), cognitive (formation of empathy, understanding of others' emotions) and behavioral (constructive communication, conflict resolution) components of socio-emotional intelligence. The implementation of the proposed system creates a scientific and methodological basis for the formation of competencies in senior preschoolers, which are necessary for building positive social interactions and successful adaptation.

Keywords: socio-emotional intelligence, development system, senior preschool age.

Введение. Развитие социально-эмоционального интеллекта у детей старшего дошкольного возраста пяти-семи лет обусловлено комплексом социальных, психологических и педагогических факторов, которые делают этот процесс ключевым для успешной адаптации и развития личности в современном мире.

В XXI веке наряду с предметными знаниями, особо важными становятся личностные качества и адаптивность: коммуникабельность, креативность, сотрудничество, эмоциональная регуляция и стрессоустойчивость.

Неразвитость эмоциональной сферы является фактором риска для возникновения агрессивного, тревожного, гиперактивного поведения. Целенаправленное развитие социально-эмоционального интеллекта выступает эффективной мерой профилактики девиаций, учит ребёнка социально приемлемым способам выражения чувств и снятия напряжения.

Эмоциональное состояние напрямую влияет на когнитивные функции: внимание, память, мышление. Ребёнок, находящийся в состоянии стресса, гнева или обиды, не способен продуктивно усваивать новую информацию, а развитие социально-эмоционального интеллекта создает благоприятный эмоциональный фон для обучения.

В условиях роста времени, проводимого с гаджетами, дети испытывают дефицит живого, эмоционально насыщенного общения, а целенаправленная работа по развитию социально-эмоционального интеллекта в дошкольной организации компенсирует этот дефицит, обучая детей распознавать невербальные сигналы, понимать контекст общения и строить глубокие межличностные связи.

Так, развитие социально-эмоционального интеллекта является базисным компонентом современного дошкольного образования, обеспечивающим целостное формирование личности ребёнка и его готовность к жизни в быстро меняющемся мире.

Теоретические основы социально-эмоционального интеллекта опираются на исследования Г. Гарднера, который в своей теории «Множественного интеллекта» выделил два ключевых типа, лежащих в основе социально-эмоционального интеллекта: внутриличностный интеллект – способность понимать свои собственные чувства, намерения и мотивы, и межличностный интеллект – способность понимать чувства, желания и мотивы других людей и эффективно взаимодействовать с ними [5].

П. Саловей и Дж. Мейер ввели сам термин «Эмоциональный интеллект» и предложили его первую научную модель, включающую: идентификацию и выражение эмоций; использование эмоций для повышения эффективности мышления; понимание и анализ эмоций; осознанное управление эмоциями для личностного роста [10].

Социальный интеллект, введённый Э. Торндайком, трактуется как умение понимать людей и эффективно взаимодействовать с ними в различных ситуациях. В отличие от эмоционального интеллекта, который сосредоточен на внутренних процессах индивида, социальный интеллект ориентирован на межличностные взаимодействия, распознавание мотивов поведения других и прогнозирование их действий.

В современной психологии эти два понятия объединяются в интегральную категорию – социально-эмоциональный интеллект отражающую способность индивида не только осознавать и регулировать собственные эмоции, но и устанавливать конструктивные взаимоотношения в социальной среде.

Эта структура напрямую отражена в нескольких фундаментальных психологических теориях по развитию социально-эмоционального интеллекта применительно к дошкольному возрасту.

Исследования последних десятилетий, опирающиеся на «Культурно-историческую теорию» Л.С. Выготского (в частности, на идею о единстве интеллекта и аффекта) убедительно доказывают, что социально-эмоциональный интеллект является тем «стержнем», вокруг которого выстраиваются основные линии развития: сознания и самосознания; развития произвольности и волевой регуляции; развития социальной компетентности и коммуникации. Социально-эмоциональный интеллект интегрирует эти линии в единый процесс становления личности [4].

Теория деятельности (А.Н. Леонтьев): развитие социально-эмоционального интеллекта происходит не через усвоение знаний о эмоциях, а через вовлечение ребёнка в специально организованную деятельность (игровую коммуникативную, продуктивную), где эти навыки являются необходимым инструментом для достижения цели [4].

Социально-эмоциональный интеллект как фактор успешной социализации, эмоционально-ценностного развития и формирования личности ребёнка, изучали:

Т.В. Карпович, Н.В. Рублева, А.И. Савенков, Д.В. Ушаков, Ю.В. Савинкова [8,9].

Исследовательская часть. Анализ научной литературы позволяет выделить несколько ключевых аспектов в которых раскрывается большая значимость социально-эмоционального интеллекта для личности в дошкольном возрасте.

1. Социально-эмоциональный интеллект как основа психологического благополучия и психического здоровья. Исследователи (П. Фонаги, Д. Гоулман) подчёркивают, что способность ребёнка распознавать, понимать и регулировать свои эмоции является фундаментом его психоэмоциональной устойчивости. Дошкольник с развитым социально-эмоциональным интеллектом способен конструктивно справляться с фрустрацией, гневом, обидой, а не подавлять их или проявлять в форме агрессии, истерик или апатии [5].

2. Социально-эмоциональный интеллект как база для успешной социализации и построения отношений. С точки зрения педагогов и социологов детства (Л.И. Божович, Г.М. Бреслав, А.В. Запорожец, М.И. Лисина), отмечают, что дошкольный возраст – это период интенсивного освоения социальных норм и правил, а социально-эмоциональный интеллект является тем инструментом, который позволяет этот процесс сделать эффективным. Способность «считывать» эмоциональное состояние сверстника и сопереживать ему (эмпатия) является двигателем просоциального поведения – желания помочь, поделиться, утешить. Учёные видят в этом не просто моральное качество, а сложный социальный интеллект, обеспечивающий интеграцию ребёнка в группу детей (Ю.Б. Гипенрейтер, С.И. Карпова, Т.С. Комарова, А.И. Савенков) [3,6,7,8].

Современное научное определение социально-эмоционального интеллекта дошкольников является синтезом рассмотренных идей ученых.

Социально-эмоциональный интеллект – это, комплексная способность к осознанию, пониманию и управлению собственными эмоциями, а также как распознавание, интерпретация и адекватное реагирование на эмоции других людей, что являются основой для построения эффективных социальных взаимодействий, эмпатии и принятия решений.

Система работы по развитию социально-эмоционального интеллекта дошкольников – это целостный, структурированный и целенаправленный педагогический процесс, основанный на интеграции психолого-педагогических знаний и реализуемый в условиях дошкольной образовательной организации при взаимодействии с семьей. Эта система представляет собой не набор разрозненных упражнений, а комплекс взаимосвязанных компонентов, направленных на способность ребёнка понимать свои эмоции и эмоции окружающих, регулировать поведение, устанавливать конструктивные взаимоотношения и адаптироваться к социальной среде.

У старших дошкольников социально-эмоциональный интеллект структурируется вокруг четырех ключевых компонентов

1. В области самосознания: научить ребёнка идентифицировать и вербализовать свои эмоции и чувства (гнев, радость, грусть, страх, удивление), понимать их причины и связывать с конкретными ситуациями, развивать адекватную самооценку.

2. В области саморегуляции: формировать навыки управления интенсивными эмоциями (гнев, обида, страх), развивать способности эмоциональной саморегуляции – умение справляться с гневом, фрустрацией, тревогой, развивать произвольность поведения и стратегии.

3. В области социальной чуткости: развивать эмпатию – способность понимать и разделять эмоциональное состояние другого: учить «считывать» невербальные сигналы (мимика, поза, интонация), а также проявлять эмпатию – сопереживание и отзывчивость.

4. В области управления навыками взаимоотношений: установлению и поддержанию дружеских контактов, обучать конструктивным способам разрешения конфликтов, навыкам сотрудничества, просьбы о помощи и оказания поддержки [4,7,9].

Система работы включает четыре взаимосвязанных блока.

Блок 1. Диагностический. Для системного формирования социально-эмоционального интеллекта необходимо сначала оценить его текущий уровень у ребёнка с использованием

разнообразных диагностических инструментов. Одним из наиболее информативных методов является наблюдение за ребёнком в игровой деятельности, поскольку игра выступает ведущим видом активности в дошкольном возрасте. В ходе наблюдения фиксируются проявления навыков сотрудничества, способность учитывать точку зрения партнёра, способы разрешения конфликтов, эмоциональные реакции на успех и неудачи, а также умение выражать и регулировать собственные чувства.

Для более структурированной оценки применяются адаптированные опросники и тесты, разработанные специально для дошкольников, например, шкалы эмоциональной компетентности (Д. Гоулман). Они позволяют количественно определить уровень осознания собственных эмоций, способность распознавать эмоциональное состояние других людей, а также степень развития эмпатии и навыков саморегуляции. Важным преимуществом этих методик является возможность систематической фиксации изменений в эмоциональном и социальном развитии ребёнка, что особенно актуально для оценки эффективности педагогических программ по формированию социально-эмоционального интеллекта [5]. Дополнительно значимым инструментом диагностики являются методы анализа творческих продуктов деятельности ребёнка: рисунки, аппликации, поделки и другие формы изобразительной деятельности предоставляют информацию о внутреннем эмоциональном состоянии ребёнка, его восприятии социальных ситуаций, уровне эмоционального самовыражения и способности к символическому мышлению. Арт-диагностика позволяет выявить скрытые эмоциональные переживания и определить, насколько ребёнок способен осознавать и регулировать собственные чувства [9].

Использование сказкотерапии и анализа литературных произведений также эффективно для оценки социально-эмоционального интеллекта. Педагог предлагает ребёнку обсудить поступки героев, их эмоции и последствия действий. В ходе таких обсуждений фиксируются способность ребёнка к сопереживанию, понимание мотивов поведения других людей и умение прогнозировать последствия собственных поступков. Этот метод позволяет одновременно развивать навыки эмоциональной регуляции и социального взаимодействия, а также служит индикатором уровня сформированности когнитивного компонента [9].

Использование комплексного наблюдения (в естественных ситуациях и специально созданных), бесед с детьми с использованием стимульного материала (картинки, истории), анализа творческих продуктов и обсуждения литературных ситуаций, проективные методики («Рисунок человека», «Несуществующее животное»), стандартизированные опросники для воспитателей и родителей, создают многоуровневую систему диагностики социально-эмоционального интеллекта у старших дошкольников. Применение этих инструментов позволяет не только оценивать текущий уровень развития социально-эмоционального интеллекта, но и отслеживать динамику изменений, планировать индивидуальные и групповые образовательные мероприятия и корректировать педагогические стратегии с учётом потребностей каждого ребёнка [6].

Блок 2. Организационно-технологический. Содержание его представляет собой иерархическую последовательность модулей, интегрированных в ежедневную жизнь детского сада [8]:

Модуль 1. «Эмоциональный алфавит». Обучение идентификации, вербализации базовых (радость, грусть, гнев, страх, удивление) и социальных (гордость, стыд, вина) эмоций на себе и других. Связь эмоций с потребностями и ситуациями («Я злюсь, потому что...»). Понимание своих сильных и слабых сторон.

Модуль 2. «Эмоции и причины». Установление причинно-следственных связей между событием, мыслью, эмоцией и поведением. Развитие способности предвосхищать последствия эмоциональных реакций.

Модуль 3. «Стратегии саморегуляции». Обучение копинг – стратегии (совпадающему поведению): телесные техники (глубокое дыхание, «сжать-разжать кулаки»), когнитивные («Я справлюсь», «сначала подумай, потом сделай») поведенческие («уголок-уединения», просьба о помощи).

Модуль 4. «Мир другого человека». Понимание точки зрения другого человека («встань на его место»), чтение невербальных сигналов, понимание мотивов поступков. Уважение к различиям.

Модуль 5. «Искусство диалога и кооперации». Формирование навыков активного слушания, использование «Я-сообщений» (вместо «Ты-обвинений»), конструктивного разрешения конфликтов (модель «предложи-выбери»), сотрудничества в достижении общей цели.

Данные модули реализуются через комплекс взаимодополняющих форм и методов.

– Технологии «Эмоционального образования»: прямое обучение через специально организованные занятия-тренинги с использованием методов: сказкотерапии и куклатерапии: для проекции эмоций и отработки моделей поведения.

– «Уроки эмоций»: проводятся педагогом-психологом или воспитателем 1-2 раза в неделю. Включают: беседы с использованием пиктограмм, карточек эмоций, репродукций картин; чтение и анализ художественной литературы с обсуждением чувств и мотивов героев («Грустно-весело» Л. Кассиля, «Как ослик счастье искал» и др.); проигрывание этюдов и ситуаций с помощью кукольного и настольного театра; рисование эмоций («Радость – это желтое пятно, а грусть – синее), лепка «масок» чувств [6].

– Коммуникативные и кооперативные игры («Слепой и поводырь», «Волшебный лес», «Комплименты», «Волшебный клубочек», «Подарок другу», «Интервью»), целенаправленно развивают навыки невербального общения, доверия к партнёру и умения выражать поддержку.

– Ролевые игры и драматизация: для проживания социальных ролей и ситуаций.

– Арттерапия: для невербального выражения и осмысления чувств.

– Социально-поведенческий тренинг: отработка конкретных навыков в моделированных ситуациях.

– Интегративная техника. Вплетение задач развития социально-эмоционального интеллекта всего образовательного процесса (на занятиях по развитию речи, ФЭМП, физической культуре). В художественно-эстетическом развитии: Музыка (подбор произведений, отражающих разные настроения), танцы, инсценировки.

– Ситуационная технология. В режимных моментах: обсуждение эмоционального состояния ребенка утром и вечером («Каким цветом твое настроение?»); использование режимных моментов и спонтанно возникающих ситуации в группе как «живого» учебного материала («ситуация пролитого компота», «ссора из-за игрушки»); поощрение самостоятельного разрешения мелких конфликтов. На прогулке: наблюдение за эмоциями и взаимодействием других людей; обсуждение социальных ситуаций [2].

Блок 3. Создание развивающей предметно-пространственной среды.

– «Уголок настроения»: дидактические пособия, где ребенок может обозначить свое эмоциональное состояние (например, «Дерево настроения», «Кармашки с фото»).

– «Уголок уединения»: место, где ребенок может побыть один, успокоиться, выразить свои чувства через рисование, работу с песком, тактильными игрушками.

– «Коврик мира» или «Стул примирения»: Специальный атрибут для разрешения конфликтов, где дети учатся договариваться.

– Дидактические игры («Эмоционально лото», «Что чувствует Буратино»).

– Дидактические материалы: «Эмоциональные кубики», лото «Чувства и эмоции», «Мешочек гнева», «Колесо эмоций», набор карточек с фотографиями людей в разных состояниях, антистрессовые игрушки, материалы для изотерапии (пластилин, краски).

– Подборка художественной литературы, соответствующей проблематике эмоций и отношений [9].

Блок 4. Взаимодействия с родителями и педагогами: система не может быть эффективна без единства требований и психолого-педагогического партнёрства.

Для педагогов: проведение тренингов по развитию собственного социально-эмоционального интеллекта и обучению техникам бесконфликтного общения с детьми,

родителями; обучение техникам «Эмоционального коучинга». Важно чтобы воспитатель был моделью эмоционально грамотного поведения.

Для родителей: консультации («Эмоциональный мир ребенка», «Как помочь ребенку справиться с гневом») и родительские собрания на тему важности социально-эмоционального интеллекта; семинары-практикумы по обучению техникам активного слушания, «Я-высказываний», мастер-классы, «Родительский клуб», вовлечение родителей в совместные с детьми проекты (например, создание «Книги моих чувств», информирование родителей через цифровые образовательные ресурсы. Информационные стенды о значимости социально-эмоционального интеллекта дошкольника) [1].

Блок 5. Диагностико-результативный. У дошкольника с развитым социально-эмоциональным интеллектом наблюдаются:

Широкий «эмоциональный словарь», способность аргументировать свое эмоциональное состояние, понимание мотивов поступков других - Когнитивный компонент.

Позитивный эмоциональный фон, развитая эмпатия, способность к сопереживанию - Эмоциональный компонент.

Снижение частоты и интенсивности аффективных вспышек, способность конструктивно разрешать конфликты, проявление инициативы в общении - Поведенческий компонент.

Заключение. Ожидаемые результаты (портрет выпускника с развитым социально-эмоциональным интеллектом) Ребенок:

1. Адекватно идентифицирует, называет свои эмоции и чувства.
2. Понимает причину вызвавшие эмоцию.
3. Владеет элементарными способами саморегуляции (может успокоиться, уйти от конфликта).
4. Проявляет эмпатию, пытается помочь или утешить расстроенного сверстника.
5. Стремится к сотрудничеству, умеет договариваться, учитывать интересы других.
6. Конструктивно разрешает конфликты (использует слова, а не агрессию).
7. Имеет позитивную самооценку и уверен в своих силах.

Таким образом, выстроенная система работы по развитию социально-эмоционального интеллекта у дошкольника представляет собой научно-обоснованную, интегративную систему, которая через единство диагностики, содержания, технологий, создание развивающей предметно-пространственной среды и сотрудничества с семьей целенаправленно формирует у ребёнка ключевые компетенции для гармоничной жизни в социуме. Эта работа является неотъемлемой частью качественного дошкольного образования, закладывающей фундамент психологического здоровья и будущей успешной личности.

СПИСОК ИСПОЛЬЗОВАННЫХ ИСТОЧНИКОВ:

1. Андреева, И. Н. Эмоциональный интеллект и эмоциональная креативность: специфика и взаимодействие : монография / И. Н. Андреева. – Новополюцк : ПГУ им. Евфросинии Полоцкой, 2020. – 356 с. – URL: <https://e.lanbook.com/book/16706>. – Текст : электронный.
2. Архипова, А. П. К вопросу об эмоциональном интеллекте и условиях его развития в дошкольном возрасте / А. П. Архипова, Н. Н. Васягина. – Текст : электронный // Развитие человека в современном мире. – 2022. – № 2. – С. 18–26. – URL: <https://elibrary.ru/item.asp?id=49326591> (дата обращения: 26.05.2025). – Режим доступа: для зарегистрир. пользователей.
3. Быкова, Е. А. Взаимосвязь самооценки и социометрического статуса в старшем дошкольном возрасте / Е. А. Быкова, Е. А. Глазырина. – Текст : электронный // Вестник Шадринского государственного педагогического университета. – 2022. – № 2. – URL: <https://cyberleninka.ru/article/n/vzaimosvyaz-samoosenki-i-sotsiometricheskogo-statusa-v-starshem-doshkolnom-vozhraсте>.
4. Выготский, Л. С. Психология развития ребенка / Л. С. Выготский. – Москва : Смысл, 2018.

– 360 с. – Текст : непосредственный.

5. Гоулман, Д. Эмоциональный интеллект / Д. Гоулман. – Москва : АСТ, 2020. – 478 с. – Текст : непосредственный.

6. Карелина, И. О. Понимание детьми эмоций: развитие и социализация : учеб. пособие / И. О. Карелина. – Пенза : Социосфера, 2023. – 87 с. – URL: <https://elibrary.ru/item.asp?id=54066714> (дата обращения: 26.05.2025). – Режим доступа: для зарегистрир. пользователей. – Текст : электронный.

7. Петрова, О. А. Особенности эмоционального интеллекта у детей старшего дошкольного возраста / О. А. Петрова, Ю. М. Едиханова. – Текст : электронный // Ученые записки Шадринского государственного педагогического университета. – 2025. – № 2 (8). – URL: <https://uzshspu.ru/journal/article/view/301>.

8. Савенкова, Т. Д. Развитие социального интеллекта дошкольников : учебник для вузов / Т. Д. Савенкова. – Москва : Юрайт, 2025. – 146 с. – URL: <https://urait.ru/bcode/567536> (дата обращения: 27.05.2025). – Режим доступа: по подписке ЭБС «Юрайт». – Текст : электронный.

9. Социальный и эмоциональный интеллект: от процессов к измерениям : сб. науч. тр. / ред. Д. В. Ушаков, Д. В. Люсин. – Москва : Институт психологии РАН, 2009. – 352 с. – URL: <https://biblioclub.ru/index.php?page=book&id=87242> (дата обращения: 26.05.2025). – Режим доступа: по подписке ЭБС «Университетская библиотека онлайн». – Текст : электронный.

10. Salovey, P. Emotional Development and Emotional Intelligence: Educational Implications / P. Salovey, D. J. Sluyter. – New York : Basic Books, 2021. – 288 p. – Text : direct.

СВЕДЕНИЯ ОБ АВТОРАХ:

А.В. Абсалямова, студентка, ФГБОУ ВО «Шадринский государственный педагогический университет», г. Шадринск, Россия, e-mail: alina2004.absalamova@gmail.com.

Н.Ю. Ган, кандидат педагогических наук, доцент кафедры теории и методики дошкольного и начального образования, ФГБОУ ВО «Шадринский государственный педагогический университет», г. Шадринск, Россия, e-mail: gannu69@mail.ru.

INFORMATION ABOUT THE AUTHORS:

A.V. Absalyamova, Student, Shadrinsk State Pedagogical University, Shadrinsk, Russia, e-mail: alina2004.absalamova@gmail.com.

N.Yu. Gan, Ph.D. in Pedagogical Sciences, Associate Professor, Department of Theory and Methodology of Preschool and Primary Education, Shadrinsk State Pedagogical University, Shadrinsk, Russia, e-mail: gannu69@mail.ru.