

# Развитие эмоционального интеллекта у дошкольников с ОВЗ как основа коррекционной работы

Подготовила: учитель-дефектолог  
МАДОУ №9 «Журавлик»  
Осипова Валерия Юрьевна

# Цель коррекционной работы

- Создание благоприятных условий для обеспечения коррекции недостатков в физическом и (или) психическом развитии различных категорий детей с ограниченными возможностями здоровья

# Особенности дошкольников с ОВЗ, указывающие на необходимость развития ЭИ

- Отсутствие интереса к познавательной деятельности;
- Трудности в понимании и усвоении социальных правил, норм;
- Проявление тревожности, агрессивности, враждебности (эмоциональной неустойчивости)

## Эмоциональный интеллект- что это?

В современном мире нас окружает масса информации по раннему интеллектуальному развитию ребенка. Различные методики, системы и книжки, - все направлено на раннее развитие ребенка. Тем не менее, не все знают, что помимо развития интеллектуального, важнейшее значение имеет эмоциональное развитие ребенка. Как выяснилось, высокий уровень коэффициента интеллекта IQ никак не гарантирует нашим детям успех в жизни.

Эмоциональный интеллект – это способность человека понять себя, управлять собой и своими чувствами, а также понять, принять и чувствовать другого человека. Понятие эмоционального коэффициента EQ крайне важно в современном социальном мире: для достижения успеха человек должен быть развитым эмоционально, уметь управлять своими эмоциями и распознавать чужие. Это умение также закладывается в детстве. Впервые понятие EQ введено еще в 1966 году Лойнером, однако, расцвета теория EQ достигла в 1995 году, когда Д. Гоулман написал первую научно-популярную книгу «Эмоциональный интеллект».

# Важно научить уместно проявлять эмоции!

*Дэниел Гоулман*

## Эмоциональный интеллект

ПОЧЕМУ ОН МОЖЕТ  
ЗНАЧИТЬ БОЛЬШЕ, ЧЕМ IQ



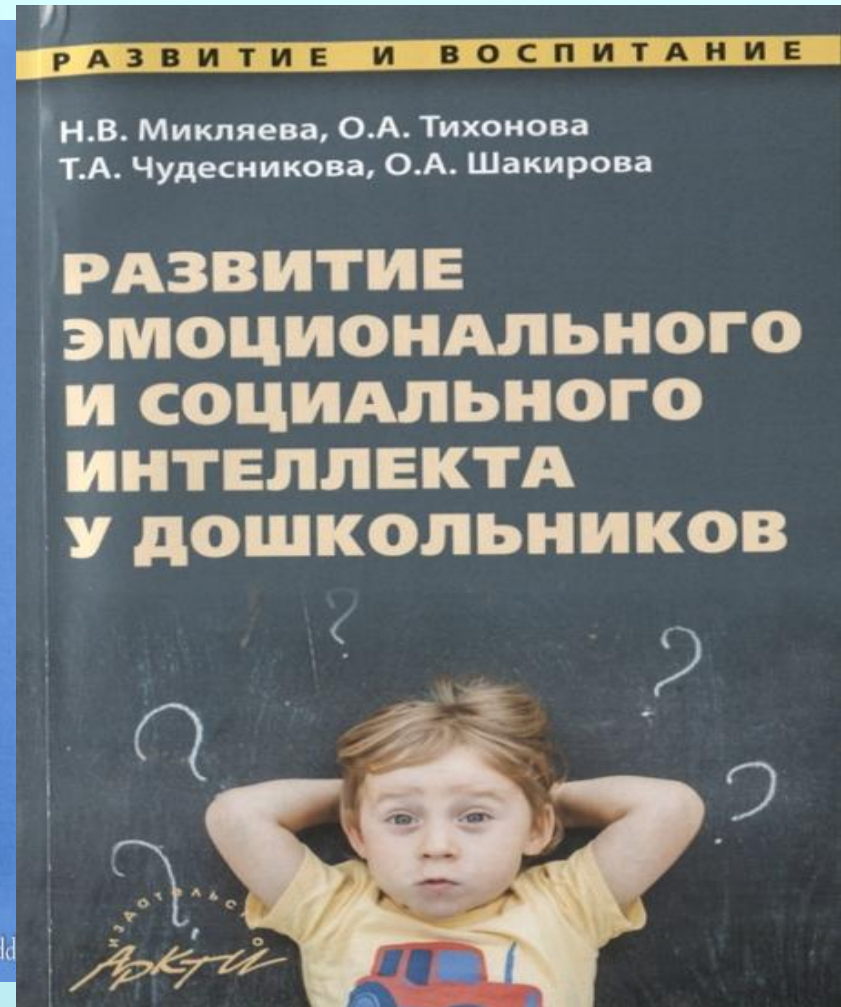
**PSYCHOLOGIES**



# Нужно не только научить распознавать эмоции, но и управлять этим!



# В системе межличностных отношений EQ важнее IQ



От основателей концепции эмоционального интеллекта

Дэвид Карузо Питер Сэловей

# ЭМОЦИОНАЛЬНЫЙ ИНТЕЛЛЕКТ РУКОВОДИТЕЛЯ

EMOTIONAL  
**EI**  
INTELLIGENCE

КАК РАЗВИВАТЬ И ПРИМЕНЯТЬ





# EQ: Д. Мейер и П. Сэловей

EQ включает в себя четыре группы навыков:

- 1) способность безошибочно воспринимать, оценивать и выражать эмоции;
- 2) способность иметь доступ и вызывать чувства, чтобы повысить эффективность мышления;
- 3) способность к пониманию эмоций, эмоциональному познанию;
- 4) способность к осознанной регуляции эмоций, управлению эмоциями, повышению уровня эмоционального и интеллектуального развития.



## Развитие социального и эмоционального интеллекта, отзывчивости, сопереживания

- Работы Е.С Бабуновой, А.М. Виноградовой, Е.С. Евдокимовой, Л.М. Клариной, Н.Л. Кряжевой, В.А. Петровского и др.
- **Психолого-педагогические основания обогащения социально-эмоционального пространства в ДОУ:**
- обеспечить детям в группе эмоциональную поддержку, любовь и доброжелательность окружающих. Избегать перевозбуждения, а также однообразия и монотонности детской деятельности;
- эмоционально преподносить детям всё новое о социальном и природном мире, чтобы будить любопытство, ведущее к любознательности и творчеству;





Эмоциональный интеллект  
включает в себя:

Умение распознавать собственные чувства;

Умение выражать чувства;

Умение распознать чувства другого;

Умение сочувствовать;

Умение обращаться с собственным гневом;

Умение реагировать на гнев другого человека;

Умение справляться со страхами;

Умение поощрять себя;

Умение переживать печаль.



## Эмоциональный интеллект

- способность воспринимать и выражать эмоции, ассимилировать эмоции и мысли, понимать и объяснять эмоции, регулировать свои эмоции.

(Mayer, Salovey, 1990).





# Цель занятий развития ЭМОЦИОНАЛЬНОГО ИНТЕЛЛЕКТА

- научить ребенка отождествлять свои переживания и чувства с конкретными словами;
- управлять своими эмоциями;
- определять эмоциональное состояние других людей и адекватно на него реагировать;
- ответственно поступать в ситуациях нравственного выбора.



# Ожидаемые результаты



# Особенности эмоционального развития детей дошкольного возраста

- Ребенок осваивает социальные формы выражения чувств;
- Ребенок начинает понимать эмоцию и соотносить ее со словом, поведением;
- Формируется эмоциональное предвосхищение;
- Формируются высшие чувства: нравственные, интеллектуальные, эстетические;
- Чувства становятся разумными, осознанными, обобщенными, произвольными



## Развитие эмоционального интеллекта от 2 до 3-х лет. Что делать?

- Проговаривать эмоции, описывать чувства (свои и ребенка), проигрывать в игре страхи.
- Не стыдить ребенка за проявления чувств.
- Не подавлять стремление к самостоятельности, поощрять и направлять в мирное русло.
- Научить ребенка находить компромисс между своим желаниями и возможностями окружающего мира.
- Помним- дошкольники развиваются только через игру! Важно создать благоприятную обстановку для игры- много пространства, мало игрушек, что способствует развитию воображения. Очень важно- у детей должно быть достаточно времени на свободную самостоятельную игру.
- Игры: начинает закладываться способность к сюжетной игре (кормление животных, укладывание куклы спать). Сюжетная игра развивает речь, воображение, эмоциональный интеллект, творческие способности, социальные отношения, помогает побороть и пережить страхи через проигрывание различных ситуаций и конфликтов.
- Ребенок уже может воспринимать книги, где есть простая доступная сюжетная



# Развитие эмоционального интеллекта. 3-5 лет.

- *Проговаривать эмоции, описывать чувства (свои и детей), проигрывать в игре страхи, прорисовывать злость и обиду.*
- *Не стыдить за проявление чувств, не смеяться над эмоциями и страхами. Избегать таких фраз как «Мальчики не плачут», «Ты уже большой, а боишься», «Девочки не должны злиться».*
- *Дать свободу в проявлении творческих фантазий, не предлагать скопировать что-то, а поддержать воображение ребенка.*
- *На развитии эмоций сказывается чтение книг, где герои совершают разные поступки и проявляют разные чувства (страх, радость, злость, восторг). Полезно после прочтения обсудить с детьми прочитанное. Вопросы могут быть разные, главное, чтобы они были направлены на обсуждение эмоций:*
  - *что чувствовал герой, совершая поступок?*
  - *почему ты так думаешь?*
  - *какой поступок героя вызывает у тебя чувство одобрения? А какой тебе не понравился? Почему?*
  - *Как бы ты себя повел на месте героя сказки?*

## Развитие эмоционального интеллекта у старших дошкольников 5-7 лет.

Все рекомендации для детей-дошкольников от 2 до 5 лет применимы и к старшим дошкольникам. Плюс с учетом формирования произвольности- подключаем дополнительные упражнения и игры для развития эмоциональной сферы.





Содержание коррекционной работы по развитию эмоциональной сферы можно структурно представить следующим образом:

**Комфортная организация режимных моментов.**

**Игротерапия**

**Арттерапия**

**Занятия-образы, игры-драматизации, сказкотерапия**

Оптимизация двигательной деятельности через организацию физкультурно-оздоровительных мероприятий:

**Телесно-ориентированные методы, психомышечная тренировка.**

**Психогимнастика**

**Использование наглядных пособий**

**Задания, направленные на:**

- организацию совместной деятельности;
- составление рассказов;
- организацию театрализованных игр и т. п.

# Психогимнастика для дошкольников: этюды и упражнения

## «Лебеди»



Лебеди летят,  
Крыльями машут.  
Нагнулись над водой —  
Качают головой.  
Прямо и гордо  
Умеют держаться,  
Тихо и плавно на воду садятся.

## «Ёжик»



Вот свернулся еж в клубок,  
Потому что весь продрог.  
«Брррр, брррр, брррр»  
(дети дрожат, мышцы напряжены)  
Лучик ежика коснулся —  
Ежик сладко потянулся!  
(дети выпрямляются и потягиваются)

## «Снеговик»



Плачет бедный снеговик —  
«Я в мороз стоял привык.  
А под солнцем погибаю —  
Таю, таю, таю, таю».  
(все мышцы постепенно  
расслабляются, дети  
«преображаются» в «лужицу»)

## «Веселые мартышки»



Мы веселые мартышки, мы  
смеемся громко слишком.  
Мы в ладоши хлопаем, мы  
ногами топаем.  
Надуваем щечки, скачем на  
носочках,  
И друг другу даже — язычки  
покажем.  
Дружно прыгнем к потолку,  
Палец поднесем к виску,  
Оттопырим ушки, хвостик на  
макушке.  
Шире рот откроем — гримасы  
все состроим

## «Весельчаки»



Жили — были у реки славные  
весельчаки,  
Вот — вот со смеху помрут, вот  
животик надорвут.  
(Дети с разными интонациями:  
ха-ха-ха, хо-хо-хо, хи-хи-хи!)

## «Лягушки»



На болоте две подружки,  
Две веселые лягушки  
Рано утром умывались,  
Ножками топали,  
Глазками хлопали,  
Вправо — влево повороты  
И скакали по болоту.

## «Заяц»



Его обижают и звери и  
птицы,  
Он каждого кустика в  
поле боится. (Присесть,  
сжаться, голову втянуть  
в плечи)

## «Хомка»



Хомка, хомка, хомячок  
Полосатенький бочок.  
Хомка раненко встает —  
Моет лапки, шейку трет.  
Подметает хомка хатку  
И выходит на зарядку:  
1, 2, 3, 4, 5 — хочет хомка сильным стать.

## «Цветы»



Каждый бутончик склонить-  
ся бы рад  
Налево...  
Направо...  
Вперед...  
И назад...  
От ветра и холода бутончики  
эти  
Спрятались живо в цветоч-  
ном букете...



## Методики развития эмоционального интеллекта на основе сотрудничества

---

- «изобрази эмоции» - детям предлагается по очереди изобразить базовые эмоции (радость (довольство), удивление, печаль (грусть), гнев (злость), отвращение, презрение, страх);
- «Нарисуй свои эмоции» - дать ребенку бумагу и цветные карандаши и предложить ему нарисовать самого себя, когда он радуется, грустит, когда ему страшно, и когда он злится.
- «*Определи эмоции по мимике человека*», чтобы оценить степень понимания эмоционального состояния по мимике человека, детям предъявляется набор картинок людей. Последовательно выкладываются на стол по одной карточке и просят описать чувства : «Расскажи, что чувствует человек на этой картинке, какое у него настроение?»

## Методы и приёмы работы, направленные на формирование эмоциональной сферы дошкольников

- решение проблемно-практических ситуаций;
- элементы арт-терапии;
- игры-драматизации;
- подвижные игры;
- ролевые игры;
- психогимнастические игры;
- коммуникативные игры и упражнения:
- игры и задания, направленные на развитие произвольности, осознание таких понятий, как «хозяин своих чувств» и «сила воли»;
- игры, направленные на развитие воображения: вербальные игры;
- невербальные игры и «мысленные картинки»;
- чтение и анализ сказок;
- нравственно-этические беседы;
- упражнения с использованием «терапевтических» метафор;
- релаксационные методы;
- игры-драматизации;
- упражнения на эмоции и эмоциональный контакт
- мимические и пантомимические этюды;
- психомышечная тренировка.



## І Этап развития эмоционального интеллекта: идентификация эмоций

Знакомить детей с эмоциями: радостью, злостью, горем, гневом, страхом, удивлением

### «Выбери девочку»

**Цель:** развитие произвольности, наблюдательности, воображения.

**Описание игры:** Дети выбирают из предложенных картинок изображения веселой, грустной, испугавшейся, злой девочки наиболее подходящую к тексту каждого из предложенных стихотворений А. Барто:

Зайку бросила хозяйка,  
Под дождем остался зайка,  
Со скамейки слезть не смог,  
Весь до ниточки промок.



II этап развития эмоционального интеллекта: использование эмоций для повышения эффективности мышления

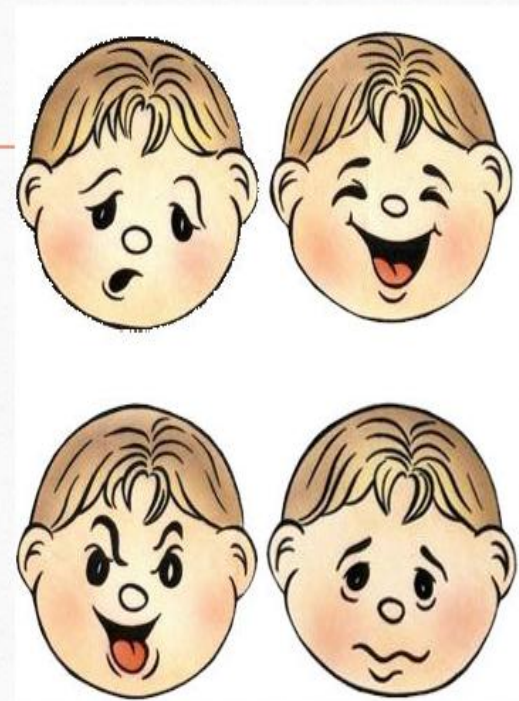
### «Прочитай письмо»

Цель: развитие способности определять эмоциональное состояние по схематическим изображениям и объединять разные изображения единым сюжетом.

**Описание игры:** почтальон приносит письма, но не обычные, а зашифрованные: в каждом письме мимически изображено по 2-3 эмоциональных состояния, и их надо расшифровать.

### Например:

Шел мелкий дождь. Коля сидел у окна и грустил, но вот выглянуло солнышко, дождь прекратился, и Коля радостно побежал на улицу.





### III этап развития эмоционального интеллекта: понимание эмоций

#### *«Найди лишнее»*

---

Цель: понимание эмоций

**Описание игры:** Послушай внимательно слова и скажи, какое из них лишнее.

Объясни свой выбор.

- грустно, печально, тоскливо, радостно
- радостно, весело, забавно, нечаянно
- хорошо, замечательно, отлично, долго



IV этап развития эмоционального интеллекта: управление эмоциями

### *«Повтори фразу»*

---

Цель: развитие выразительности речи.

**Описание игры:** педагог называет фразу (например: «У меня есть котенок»), которую дети должны повторить с интересом, с радостью, с удивлением, с отвращением, со страхом, с грустью





## Игры на развитие эмоционального интеллекта

### Игра «Продолжи фразу»

**Цель.** Развитие умения выражать собственные эмоции.

Ребёнок продолжают фразу, рассказывая, когда и в какой ситуации он бывает таким: «Я радуюсь, когда ...», «Я злюсь, когда ...», «Я огорчаюсь, когда ...», «Я обижаюсь, когда ...», «Я грущу, когда ...» и т.д.

### Игра «Лото настроений»

**Цель.** Развитие умения понимать эмоции других людей и выражать собственные эмоции.

На столе раскладываются картинкой вниз схематичные изображения эмоций. Ребенок берет одну карточку, не показывая ее никому. Затем ребенок должен узнать эмоцию и изобразить ее с помощью мимики, пантомимики, голосовых интонаций. Взрослый отгадывает изображенную эмоцию.



1 Я ЧУВСТВУЮ  
ОСОЗНАННОСТЬ  
Работаем с 5  
органами чувств.  
Коробочка Эмоций

2 Я ХОЧУ  
МОТИВАЦИЯ  
Учимся ставить  
цели, не бояться  
нового

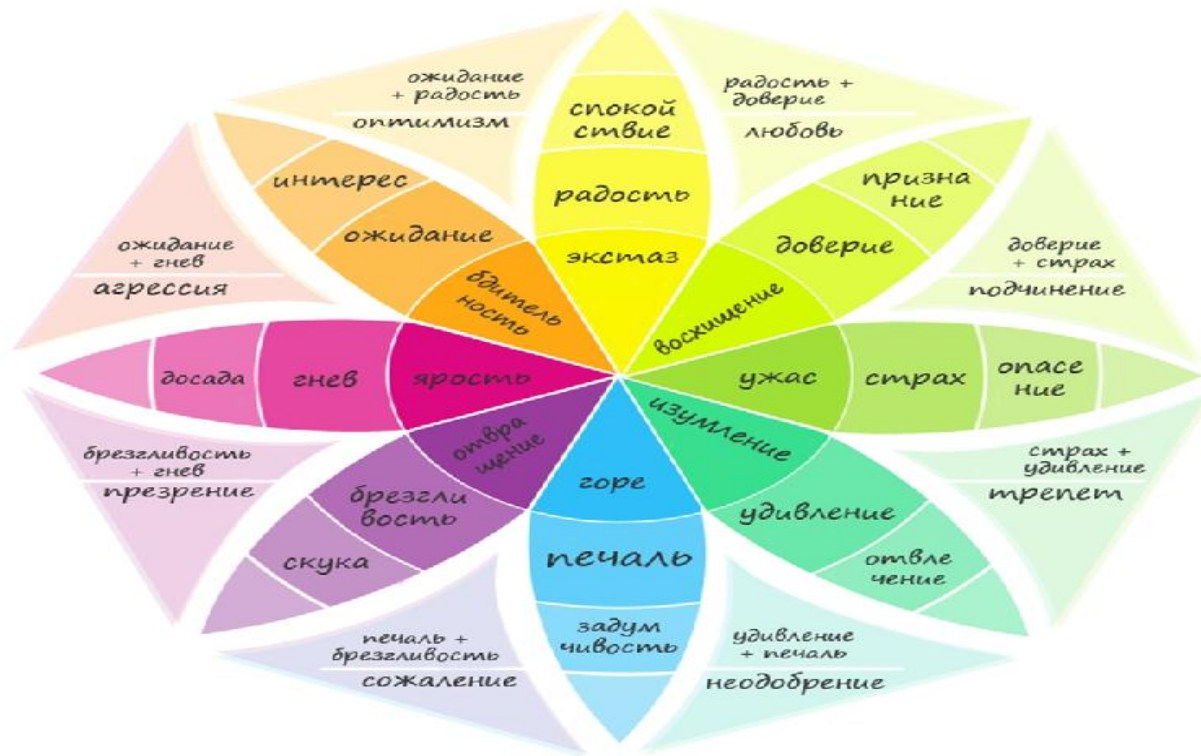
5 Я ДЕЛАЮ!  
Реализуем  
навыки в жизни.  
Фиксируем результаты  
в Дневничке  
достижений

3 Я ЗНАЮ  
ИНТЕЛЛЕКТ  
Информационный  
блок. Развиваем круго-  
зор

4 Я МОГУ  
САМООЦЕНКА  
Формируем  
самооценку,  
тренируем  
и отрабатываем  
навыки

Осознанность, самооценка, мотивация,  
адаптивность –  
4 драйвера,  
которые помогут прокачать эмоциональный  
интеллект

## Эмоциональный спектр





**Какой смайлик у тебя первый  
в часто используемых?**

