

ЕМОЦІЙНИЙ РОЗВИТОК ОСОБИСТОСТІ ЯК УМОВА ФОРМУВАННЯ ЕМОЦІЙНОГО ІНТЕЛЕКТУ ДІТЕЙ ДОШКІЛЬНОГО ВІКУ

Клевака Л. П., Гришко О. І.

ВСТУП

Емоції, як й інші психічні явища, є формами відображення навколишнього світу у свідомості дитини. На відміну від пізнавальних процесів, що відображають навколишню дійсність у відчуттях, образах, уявленнях, поняттях, думках, емоції і почуття відбивають об'єктивну реальність у переживаннях. У них виражається суб'єктивне ставлення дитини до предметів і явищ навколишнього світу. Одні предмети, явища, речі викликають у дитини радість, вона захоплюється ними, другі – засмучують або викликають відразу, треті – залишають байдужою. Психологи наголошують на тому, що розвиток емоційної сфери дитини є частиною її психічного розвитку. При цьому вони підкреслюють, що наявні відмінності у психічному розвитку дитини на різних вікових етапах.

Дитина починає виявляти емоції майже з народження. Але формування її емоційного світу залежить не тільки від генетично закладених рис, а й від навколишнього середовища, навчання та виховання. Дошкільний вік характеризується бурхливим розвитком емоційної сфери. Емоції зберігають своє значення і в подальші періоди життя, проте на ранніх етапах онтогенезу вони є провідними, оскільки на них ґрунтується цілісна поведінка дошкільника¹.

Дошкільний вік – це первинний етап соціалізації в житті дитини. У цей період дитина долучається до загальнолюдських цінностей, установлює перші взаємини з людьми, а емоційна сфера значно впливає на особистісний розвиток і опанування нею різноманітних видів діяльності.

Проблема розвитку емоційної сфери дітей та її особливостей у період дошкільного дитинства є актуальною як у теоретичному, так і в суто прикладному аспектах. У науковій літературі широко представлено дослідження емоційної сфери особистості. Визначальним для

¹ Теплюк А.А. Особливості емоційного розвитку дітей дошкільного віку. *Дослідження молодих учених у контексті розвитку сучасної науки* : матер. III щорічної Всеукр. наук.-практ. конф., 18 квіт. 2013 р. Київ, 2013. С. 181.

формування емоційної сфери є дошкільний вік, коли функціональна потреба дитини в емоційному насиченні перетворюється на прагнення до певного досвіду їх ставленням до реальності і стає важливим фактором, що визначає розвиток її особистості (Л. Божович, Г. Бреслав, Л. Виготський, П. Якобсон та ін.). Провідні психологи (О. Кононко, В. Котирло, А. Кошелева, Л. Стрількова, Т. Хризман та ін.) одноставно висловлюють думку про багатоманітність функцій емоційних процесів: спонукальну, оцінну, смислоутворювальну, підкріплювальну, орієнтувальну, тонізувальну тощо. Дослідження Т. Бабаєвої доводять, що накопичення дитиною позитивно спрямованих емоцій є основою позитивної самореалізації особистості².

Аналіз наукових розвідок І. Кареліної доводить, що емоційний розвиток розглядається як складний комплексний природний процес ускладнення та збагачення емоційної сфери в контексті загальної соціалізації дитини, а емоційна сфера – як комплексне багатокомпонентне утворення, що включає такі складники, як когнітивний – уявлення про емоції як основу орієнтації в емоційній реальності і словник емоційної лексики; афективний – емоційна реакція і емоційні відносини; експресивний – відтворення емоційних станів (кодування) і розпізнавання (розшифровка) експресивної інформації; імпресивний – суб'єктивний досвід емоцій, емоційного ставлення, емоційного благополуччя і дисфункції³.

У сучасному світі особливого значення набуває розвиток емоційного інтелекту особистості, необхідного для успішної соціалізації й життєдіяльності людини. Багатьма дослідниками неодноразово підкреслюється, що емоційні порушення дошкільників нерідко стають причиною відхилень у поведінці, призводять до порушення соціальних контактів, впливають на розвиток емоційного інтелекту особистості (Л. Абрамян, Г. Бреслав, М. Лісіна та ін.). Вивчення сучасних наукових праць дозволяє зазначити, що порівняно недавно в зарубіжному науковому обігу (а згодом і у вітчизняному науковому просторі) з'явився феномен «емоційний інтелект». Питання розвитку емоційного інтелекту розглядали у своїх працях такі науковці, як Р. Бар-Он, Г. Гід, К. Гольдштейн, Д. Гоулмен, Д. Карузо, К. Кеннон, Дж. Мейер, А. Маслоу, Л. Моріс, М. Наумбург, П. Саловей, Е. Оріолі, А. Хілл та ін. Науковці зазначають, що розвиток емоційного інтелекту особистості потрібний для успішної соціалізації й життєдіяльності

² Бабаєва Т.И. Условия социально-эмоционального развития ребенка в дошкольном детстве. *Социально-эмоциональное развитие ребенка в дошкольном периоде* : материалы международного семинара. Санкт-Петербург, 1999. 154 с.

³ Карелина И.О. Развитие эмоциональной сферы детей в дошкольной образовательной организации : избранные научные статьи. Прага, 2017. С. 27.

людини. Досвід перших відносин з однолітками багато в чому визначає особливості самосвідомості дошкільника й емоційного ставлення до інших людей (Л. Галігузова, О. Смирнова, В. Холмогорова та ін.).

Вивчення та аналіз сучасних програм закладів дошкільної освіти («Впевнений старт» (2017), «Дитина в дошкільні роки» (2017), «Українське дошкільля» (2017), «Дитина» (2016), «Оберіг» (2014), «Я у Світі» (2014)) дозволяє зазначити, що завдання емоційного розвитку частково розкриваються у їх змісті, проте ефективність роботи за вказаним напрямом можлива лише за умови комплексності впливу на емоційну сферу дитини.

1. Теоретичні аспекти емоційного розвитку дітей дошкільного віку

Виникнення емоцій у дошкільному віці пов'язане з конкретними явищами, подіями, людьми, які оточують дитину. Пізнаючи світ, дошкільник переживає задоволення і незадоволення, горе і радість, обурення і захоплення. На початок дошкільного віку дитина вже має порівняно багатий емоційний досвід. Вона досить активно реагує на радісні та сумні події, легко проймається настроєм оточення.

Вираження емоцій у молодшого дошкільника часто має безпосередній характер, який дитина досить бурхливо проявляє в міміці, рухах, позі, словах. Значний вплив на емоційний стан дитини в цьому віці має оцінка її вчинків дорослими (батьками, вихователями). У більшості дітей позитивні оцінки дорослого підвищують тонус нервової системи, збільшуючи ефективність діяльності, яку вони виконують. Водночас негативні оцінки, особливо якщо вони повторюються, створюють пригнічений настрій, знижують фізичну та розумову активність. На четвертому-п'ятому році життя у дитини вперше виникає почуття відповідальності. Це пов'язано з формуванням простіших моральних уявлень щодо того, що добре і що погано. Виникають почуття задоволення, радості під час удалого виконання своїх обов'язків і засмучення під час порушення встановлених вимог. Ці емоційні переживання виникають здебільшого у взаєминах дошкільника з близькою для нього людиною і поступово розширюються на ширше коло людей. Розширюється коло емоцій, властивих дитині. Особливо важливим є виникнення у дошкільників таких емоцій, як співчуття іншому, співпереживання, адже без них не є можливими спільна діяльність і складні форми спілкування дітей⁴.

Роль і значення емоцій у дитячій психіці відмічав французький психолог А. Валлон: «саме емоції <...> створюють перші зв'язки

⁴ Загадковий світ емоцій. Розвиток емоційної сфери дошкільників / Упоряд. І.В. Молодушкіна. Харків, 2011. С. 32–33.

дитини з її соціальним середовищем і стають основою для формування наміру та розумової здатності. Сенс ситуації переживають до всілякого аналізу завдяки викликаним нею діям та установкам. Ця практична інтуїція в психічному розвитку передре здатності розрізнення та порівняння. Вона є першою формою розуміння⁵.

Зауважимо, що дитина дошкільного віку живе емоціями, керується ними під час вибору способів поведінки. Емоції супроводжують дитячі відчуття, практичні дії, регулюють розумову діяльність, роблять навколишній світ різноманітним, прекрасним і значущим⁶.

Учені А. Запорожець та Я. Неверович зазначають, що сенситивним періодом для розвитку емоційної сфери дітей є дошкільний вік, а головним емоційним новоутворенням – становлення процесу довільної емоційної регуляції⁷.

Особливістю молодшого дошкільного віку є те, що ситуативна емоція, виконує функцію оцінки. Пізніше емоційні оцінки диференціюють у свідомості дитини предмети на приємні та неприємні, формуючи вибіркоче ставлення до них. Таким чином, ці оцінки слугують упорядкуванню впливу зовнішнього світу. Прикладом є емоційні оцінки одномірної форми (добра – погана), оскільки дитина швидше здатна усвідомити «яка я», ніж «хто я». Емоційні оцінки збуджують дитячу активність або ж гальмують. Вони можуть бути різного ступеня інтенсивності: від емоційного тону відчуттів до усвідомлених оцінок (оціночних дій). Така емоційно-оцінокова поведінка легко фіксується (незалежно від предметного змісту) на ранніх етапах розвитку дитини.⁸

На думку психолога В. Асеева, одна з функцій емоцій полягає в тому, що вони визначають значущість об'єкта, суб'єкта чи явищ навколишнього середовища, на їх модальність, позитивність чи негативність. Діти молодшого дошкільного віку здатні швидко давати оцінку-штамп «добрий – поганий», достатньо лише однієї несприятливої ситуації, після чого одразу йде незадовільна оцінка «ти поганий». Причиною є недостатній досвід переживань. Саме тому варто «формувати у дітей досвід переживань і відчуттів та необхідність

⁵ Валлон А. Психическое развитие ребёнка. Москва, 1967. С. 120–123.

⁶ Трофаїла Н.Д. Емоційний розвиток дітей дошкільного віку. *Науковий вісник Миколаївського державного університету імені В.О. Сухомлинського*. Серія : Педагогічні науки. 2014. Вип. 1.45. С. 156.

⁷ Развитие социальных эмоций у детей дошкольного возраста : психологические исследования / под. ред. А.В. Запорожца, Я.З. Неверович. Москва, 1986. С. 52.

⁸ Кошелева А.Д., Перегуда В.И., Шараева О.А. Эмоциональное развитие дошкольников : учеб. пос. Москва, 2003. С. 22.

в обережності в спонуканні дитини до вживання у мові оцінок, які швидко перетворюються у мовні штампи»⁹.

Установлено, що такі позитивні емоції, як радість, задоволення, довіра, дарують дітям дошкільного віку відчуття безпеки та надійності. Завдяки цим емоціям діти відчують, що в їх світі все гаразд, вони допомагають набувати нового досвіду і повторювати набуте. Інші ж емоції попереджають про небезпеку і незадоволеність. Так, наприклад, гнів указує на те, що на шляху дитини виникла якась перешкода. Сум призводить до зниження енергії і дає час для того, щоб адаптуватися до втрати чи розчарування. Страх спонукає дошкільників до захисту¹⁰.

Унаслідок розширення засобів взаємодії дошкільника з дорослими та ровесниками, засвоєння моральних цінностей, які регулюють взаємини між людьми, збагачується емоційний світ дитини. Завдяки слову вона усвідомлює власні переживання («Я образився», «Я радію», «Мені прикро» тощо), диференціюється емоційне ставлення до іншого та етична оцінка вчинків. Психологи Л. Гуменкова і Г. Кашинська доводять, що старшому дошкільникові властиві амбівалентні (суперечливі) переживання (наприклад ревності). Серед соціальних емоцій, які мають вирішальне значення для формування моральності дошкільника, просоціальної поведінки (вміння домовлятися, узгоджувати дії, поступатися, допомагати та ін.), значне місце посідає емпатія (співчуття). Вона виявляється в здатності поставити себе на місце іншого, побачити ситуацію його очима, відчутти та пережити його стан, врахувати його у своїй поведінці. Важливим досягненням розвитку дитини дошкільного віку є поява емоційної децентрації: здатність враховувати в своїй поведінці інтереси, прагнення, переживання інших людей. При цьому емоційний відгук виникає раніше, ніж дитина набуває вміння оцінювати ситуацію з точки зору іншої людини¹¹.

Зазначимо, що під впливом стосунків із близькими людьми розвиваються також соціальні емоції, джерелом яких стають взаємини між членами родини, атмосфера сімейного життя тощо. Важливу роль у розвитку емоцій дітей указанного віку відіграють слова-оцінки дорослих. Пов'язані з відповідним виразом обличчя, жестами, ставленням до дитини чи певної ситуації, слова «добре», «погано», «соромно», «можна», «не можна» стають сильними стимулами емоцій,

⁹ Кошелева А.Д., Перегуда В.И., Шараева О.А. Эмоциональное развитие дошкольников : учеб. пос. Москва, 2003. С. 24.

¹⁰ Теплюк А.А. Особливості емоційного розвитку дітей дошкільного віку. *Дослідження молодих учених у контексті розвитку сучасної науки* : матер. III щорічної Всеукр. наук.-практ. конф., 18 квіт. 2013 р. Київ, 2013. С. 182.

¹¹ Гуменкова Л.Г., Кашинська Г.В. Особистість дошкільника. Київ, 2008. С. 14–15.

підкріпленням його дій. Джерелом естетичних емоцій у цьому віці є яскраві, мелодійні, кольорові предмети та явища довкілля¹².

Серед семи ліній розвитку дошкільника, виділених у Базовій програмі, важливо звернути особливу увагу на реалізацію емоційно-ціннісного розвитку дошкільника¹³. Емоційний розвиток є ваговою частиною загального психічного розвитку дошкільника¹⁴. Отже, саме емоції відіграють визначальну роль у долученні дитини дошкільного віку до загальнолюдських цінностей, установленні перших взаємин із людьми, в розумовому та загальному її розвитку.

2. Емоційний розвиток дітей дошкільного віку як умова формування емоційного інтелекту

Психологічні дослідження доводять, що найбільш точні показники майбутнього успіху людини – це не тільки когнітивні фактори навчання, а й соціальний та емоційний інструментарій, який використовується під час здобуття знань, починаючи з дошкільної освіти й завершуючи старшими класами¹⁵.

Для дитини розпізнавання і передавання емоцій – достатньо складний процес, що потребує від неї певних знань, певного рівня розвитку. Коли людина передає емоції, вона не тільки робить певний вираз обличчя, але й набуває певної пози, використовує жести, що відповідають тому чи іншому емоційному стану. Дошкільники здебільшого мають недостатні уявлення про внутрішній емоційний стан людини та його прояви. У молодшому і середньому дошкільному віці дитина все частіше ділиться собою і партнером, своїм досвідом і почуттями до оточення. У процесі спілкування з дорослими та однолітками починає передбачати наслідків нових ситуацій та емоційної оцінки та інших людей.

Емоційний інтелект дитини дошкільного віку розглядаємо як здатність усвідомлювати, розуміти свої почуття та виражати емоції; вміння проявляти їх за допомогою різних вербальних і невербальних засобів, вміння стримувати емоції та керувати ними, а також проявляти елементарні навички емпатії. Особливостями зовнішнього прояву емоцій

¹² Трофаїла Н.Д. Емоційна сфера дитини-дошкільника: її розвиток та особливості. *Актуальні проблеми сучасної дошкільної та вищої освіти*. Одеса, 2014. Спецвипуск. С. 349–356.

¹³ Загадковий світ емоцій. Розвиток емоційної сфери дошкільників / Упоряд. І.В. Молодушкіна. Харків, 2011. С. 5.

¹⁴ Пасічник В.М., Пітин М.П., Пасічник В.Р. Характеристика емоційного розвитку дітей дошкільного віку. *Український журнал медицини, біології та спорту*. 2018. Том 3. № 7 (16). С. 297–301. DOI: 10.26693/jmbs03.07.297

¹⁵ Войтовська О. Розвиток емоційного інтелекту в дітей дошкільного й молодшого шкільного віку методами арттерапії. *Нова педагогічна думка*. 2020. № 2 (102). С. 68–71. DOI: 10.37026/2520-6427-2020-102-2-68-71

є міміка обличчя, тембр голосу, інтонація, рухи тіла. За допомогою виразних дій дитину необхідно вчити розуміти власну почуттєву сферу та емоційні настрої людей навколо. Беручи до уваги дослідження М. Шпак, розглядаємо емоційний розвиток дитини як динамічний процес, що характеризується трансформацією емоцій дітей дошкільного віку у взаємодії зі світом людей та предметів. Учена наголошує на необхідності врахування значних відмінностей у розвитку емоційної сфери дитини на різних вікових етапах. Дослідження останніх років свідчать про негативні тенденції у розвитку емоційної сфери дітей дошкільного віку, частим явищем стала емоційна несприйнятливість дітей до інших людей, депресивність, агресія, емоційне напруження. Уміння розуміти власні емоції та розвивати навички керування ними є основою емоційного інтелекту¹⁶.

Науковцем Д. Гоулманом запропоновано структуру емоційного інтелекту, що охоплює компоненти, які описують основні сфери емоційно-розумових здібностей людини: ідентифікацію і назву емоційних станів, розуміння взаємозв'язків між емоціями, мисленням і дією (самосвідомість); управління емоційними станами, контроль емоцій і заміну небажаних емоційних станів адекватними; здатність входити в емоційні стани, що сприяють досягненню успіху (самоконтроль); здатність читати емоції інших людей, бути чутливим до них і управляти емоціями інших (емпатія); здатність вступати у задовільні міжособистісні відносини з іншими людьми і підтримувати їх¹⁷.

На п'ятому році життя дітям характерна здатність опосередкованості емоцій, вони стають більш узагальненими, усвідомленими, зважаючи на що, відповідно, з'являється самоконтроль. Дитина виявляє здатність стримувати небажані емоції, скеровувати їх відповідно до вимог дорослих та до засвоєних норм поведінки. Дитина орієнтується на «добре» і «погано», «можна» і «не можна», все частіше «хочу» поступається «треба». Стримування дитиною емоцій набуває характеру їх інтеріоризації. Самоконтроль дітей дошкільного віку – це здатність керувати емоціями, правильно використовувати їх у відповідних ситуаціях, викликати в когось потрібні емоції. Дитина засвоює навички вираження емоцій у єдності вербальних та невербальних засобів. Спочатку в спілкуванні переважають невербальні засоби вираження емоцій (міміка, виразні рухи), а до кінця дошкільного віку дитина вміє позначити свій емоційний стан у мовленні.

¹⁶ Войтовська О. Розвиток емоційного інтелекту в дітей дошкільного й молодшого шкільного віку методами арттерапії. *Нова педагогічна думка*. 2020. № 2 (102). С. 68-71. DOI: 10.37026/2520-6427-2020-102-2-68-71.

¹⁷ Гиппенрейтер Ю.Б. Развиваем эмоциональный интеллект. Психологические игры и занятия с детьми. Москва, 2014. 96 с.

Із метою розвитку емоційної сфери необхідно формувати в дитини необхідні навички керування своїми почуттями і емоціями (гнів, занепокоєння, страх, провина, сором, співчуття, жалість, емпатія, гордість, любов та інші); навчити дитину розуміти свої емоційні стани і причини, що їх породжують¹⁸.

Емоційний інтелект – це здатність людини до усвідомлення, прийняття та регуляції як власних емоційних станів та почуттів, так й інших людей. Діти з розвиненим емоційним інтелектом легко будують соціальні відносини й налагоджують основні аспекти свого життя, вони більш успішні в навчальній діяльності, їм простіше адаптуватися в соціумі, вони задоволені своїм життям¹⁹.

Емоції входять до системи невербальної комунікації, доповнюють мовленнєву інформацію в соціальних контактах. Вони є компонентом низки характерологічних та вольових якостей особистості дитини: доброзичливості, егоїзму, впевненості в собі чи тривожності. Емоції відкривають можливість для здійснення дитиною своєрідних висновків про те, як слід поводити себе в тій чи іншій життєвій ситуації, наскільки ця ситуація безпечна, до яких наслідків можуть призвести конкретні дії. Не існує дій або вчинків без емоцій²⁰.

3. Можливості використання ігор із розвитку емоційної сфери та емоційного інтелекту дітей дошкільного віку

Дошкільник не вміє самостійно виражати свої почуття, емоційні переживання без освіти, оскільки здатність доволіно керувати своїми діями й емоціями складається протягом усього дошкільного дитинства. Емоції проходять шлях прогресивного розвитку, набуваючи все більш багатого змісту і все більш складних форм прояву під впливом соціальних умов життя і виховання. Саме тому головне завдання дорослих – пояснити дитині суть емоцій, навчити її розпізнавати їх і керувати своїм емоційним станом. Це є особливо важливим, оскільки часто батьки припускаються помилок у вихованні дитини, звертаючи більше уваги на пізнавальний (когнітивний) розвиток дитини, і не

¹⁸ Трофаїла Н.Д. Емоційний розвиток дітей дошкільного віку. *Науковий вісник Миколаївського державного університету імені В.О. Сухомлинського. Серія : Педагогічні науки*. 2014. Вип. 1.45. С. 155–158.

¹⁹ Трофаїла Н.Д. Емоційна сфера дитини-дошкільника: її розвиток та особливості. *Актуальні проблеми сучасної дошкільної та вищої освіти* : зб. наук. пр. Одеса, 2014. Спецвипуск. С. 349–356.

²⁰ Социально-эмоциональное развитие детей. Теоретические основы / Сергиенко Е.А., Марцинковская Т.Д., Изотова Е.И. и др. Москва, 2019. 248 с.

приділяють часу і сил формуванню емоційного компонента особистості дитини²¹.

Представлені нижче ігри, вправи, завдання з емоційного розвитку та формування емоційного інтелекту спрямовані на усвідомлення власних емоційних станів; здатність розрізняти емоції інших; здатність використовувати емоції і форми вираження, прийняті у суспільстві; здатність симпатичних і емпатичних включень у переживання інших; здатність усвідомлювати те, що внутрішній емоційний стан не обов'язково відповідає зовнішньому вираженню як у самого індивіда, так і в інших; здатність справлятися зі своїми негативними переживаннями, використовуючи стратегії саморегуляції, які мінімізують інтенсивність або тривалість таких переживань; здатність бути емоційно адекватним, тобто розуміти власні емоції, і відповідати власним уявленням про власний емоційний баланс²².

Корекційно-розвивальним заходам із розвитку емоційної сфери та емоційного інтелекту дітей дошкільного віку присвячено праці П. Жданової, О. Князевої, С. Крюкової, В. Мінаєвої, І. Пазухіної, Г. Прохорової, О. Фаб'янської, Л. Фесюкової та інших психологів-практиків.

Психолог Ю. Гіппенрейтер у своїй книзі «Розвиваємо емоційний інтелект: психологічні ігри та заняття з дітьми» порівнює внутрішні переживання дитини з «бочкою, яка закрита пробкою: всередині все вирує, а виходу назовні немає. Це відбувається тому, що в нашому суспільстві не прийнято ділитися своїми переживаннями з близькими. А дитині, яка хоче розповісти щось мамі, «потрібен спосіб, потрібна мова, потрібен засіб для вираження своїх емоцій»²³.

Психолог І. Кареліна визначає такі практичні методи і прийоми, використання яких дозволяє дітям дошкільного віку опанувати досвід кодування і декодування емоційних станів: 1) моделювання емоцій – це метод екстеріоризації емоційних станів людини символічними засобами (замальовки, схеми, фігурки), наприклад: зображення предметів, що викликають радість, смуток, страх та ін.; промальовка лицьової експресії персонажів відповідно до зображеної на картинці емоціогенної ситуації; малювання людини в різних емоційних станах; малювання різних емоцій під музику з використанням відповідної кольорової палітри; створення «Книги настроїв», сторінки якої заповнені сюжетними малюнками, які

²¹ Гуменкова Л.Г., Кашинська Г.В. Особистість дошкільника. Київ, 2008. С. 127–128.

²² Войтовська О. Розвиток емоційного інтелекту в дітей дошкільного й молодшого шкільного віку методами арттерапії. *Нова педагогічна думка*. 2020. № 2 (102). С. 68–71. DOI: 10.37026/2520-6427-2020-102-2-68-71

²³ Гіппенрейтер Ю.Б. Развиваем эмоциональный интеллект. Психологические игры и занятия с детьми. Москва, 2014. С. 10.

передають різні емоційні стани тощо; 2) види вправ, спрямованих на розвиток емоційної сфери та формування емоційного інтелекту: вправи на відтворення емоцій за допомогою невербальних засобів (міміки, пантоміми, інтонації голосу); вправи на розпізнавання емоційних станів: підбір еталона емоції (піктограми, фотографії, картинки із зображенням людини з певним емоційним виразом) до власного настрою, до настрою однолітка, до фрагмента художнього або музичного твору; 3) практичні прийоми: імітування дитиною за допомогою власної міміки і пози емоцій зображеного людини; графічні замальовки – зображення дорослим у присутності дітей схематичних виразів лицьової експресії і поз людей²⁴.

Особлива роль у дошкільному віці належить ігровим методам і прийомам розвитку емоційної сфери. Наводимо приклади ігор, які варто використовувати дорослим із метою розвитку в дошкільнят умінь розпізнавати, словесно позначати, порівнювати емоції людей за схематичними зображеннями, сюжетними картинками; передавати емоції за допомогою міміки і пантоміми.

Гра «Азбука настрою». Щоб зрозуміти настрої іншого, потрібно вміти визнавати настрої. Дорослий показує дітям картки з різними емоціями. Звертає увагу на різні вирази обличчя. Пропонує зобразити таку саму емоцію.

Гра «Як ти себе сьогодні почуваєси?». Кожній дитині пропонується набір карток із зображенням різних відтінків настрою. Кожен повинен вибрати ту, яка найбільш схожа на його настрої, на настрої мами, тата, товариша, кішки та ін. А також пояснити чому?

Гра «Ім'я». Усі діти стають коло. Дошкільник вимовляє ім'я, діти хором повторюють його ім'я в лагідній формі. – Що таке настрої? – Яким буває настрої? – Від чого залежить настрої? – Коли буває гарний настрої? – А коли поганий?²⁵

Гра «Розкажи про свій настрої». Дітям пропонують піктограми із зображеннями різних відтінків настрою. Дорослий з'ясовує, чи знають діти основні характеристики настрою людини, а потім пропонує обрати ту картинку, що найбільше відповідає настрою дитини. Вводяться поняття «веселий» (радісний), «сумний» (хочеться помовчати, подумати про щось, плакати) тощо. – За допомогою яких слів ви можете розповісти про свій настрої? – Який у тебе зараз настрої? – Якого кольору твій настрої? – На що схожий твій настрої? Дорослий узагальнює відповіді дітей і звертає їх увагу на те, що настрої може

²⁴ Карелина И.О. Развитие эмоциональной сферы детей в дошкольной образовательной организации : избранные научные статьи. Прага, 2017. С. 36–37.

²⁵ Гуменкова Л.Г., Кашинська Г.В. Особистість дошкільника. Київ : Гласник, 2008. С. 96, 128.

бути різним. – Добрий настрій ми називаємо такими словами: веселий, радісний, світлий, святковий, казковий. – Поганий настрій можна схарактеризувати такими словами: сердитий, похмурий, понурий, сумний. – А від чого залежить настрої? – Чи може настрої змінюватися?²⁶

Гра «Піктограми». Дошкільники розглядають піктограми, зображені на карточках. Дорослий просить дітей пригадати емоції, які відображають піктограми. Діти відтворюють за допомогою міміки емоції страху, радості, суму, злості та здивування. Дошкільнятам наголошують, що потрібно бути уважними до своїх емоцій та до емоцій інших. Якщо комусь сумно чи погано, потрібно йому допомогти. Якщо радісно та весело, то варто поділитися радістю з друзями. Адже коли люди добрі, веселі, вони роблять тільки добрі справи, ніколи не шкодять, нікого не ображають.

Гра «Квітка настрою». Діти отримують по одній пелюстинці. Вони повинні розфарбувати її в такий колір, який натеper відображає їх настрої (нагадати дітям, що яскраві світлі кольори відображають гарний настрій, а темні – поганий). Дорослий наголошує на тому, що веселий настрій допомагає сприймати все навколо в яскравих, теплих кольорах, люди тоді веселі та добрі.

Гра «Азбука настрою». Кожен дошкільник отримує зображення дитини, у якої на обличчі відтворено певні емоції. Він повинен придумати та розказати, що могло трапитися з цієї дитиною²⁷.

Гра «Дзеркало». Діти сідають попарно. Перший зображує мімікою настрої, а інший повторює. – Які настрої показувало дзеркало?

Гра «Моя радість» (малюнок). – Діти, заплющити очі і згадайте себе тоді, коли вам було радісно. Намалюйте свій стан радості. Рефлексія після малюнка: «Мені було радісно отримати подарунок на день народження», «А мені було радісно коли матуся мене хвалила», «А мені – коли з татом ловили рибу», «А мені – коли зі мною гралася старша сестричка», «А мені – коли я допоміг бабусі».

Гра «Добре-погано». – Діти, посмішка може з'являтися на обличчі з різних причин. – По-доброму сміятися – корисно, а насміхатися над іншими – шкідливо. – Зараз ми розглянемо певні ситуації, а ви піднімете кружечок «Посмішку», коли вам захочеться посміхнутися: 1. Хлопчик йшов по льоду і впав. Сашко засміявся і сказав: «Оце так приземлився, ха-ха-ха». – Щоб ви зробили у такому випадку?

²⁶ Фесюкова Л.Б. Соціально-особистісний розвиток старших дошкільників. Харків, 2008. С. 71.

²⁷ Психологічне здоров'я дошкільників / Укл. Т.І. Прищеп. Харків, 2010. С. 36, 80, 126.

2. Дівчинка старанно малювала пейзаж, Галя-сусідка сказала: «Подивися, як вона негарно намалювала, ха-ха-ха». – Що б ви зробили у такому випадку?

Гра «Зіпсований телефон». Діти передають певні емоції сусідові, повертаючи його обличчям до себе. З'ясуємо, чи важко було зрозуміти емоції друга. Підсумовуємо, чи передалася перша емоція до кінця, що відчували, коли зображували настрої.

Гра «Міміка-пантоміміка». – Діти, коли ми розмовляємо один з одним, то звертаємо увагу на вираз обличчя – це міміка. Розповідаємо щось, ми робимо рухи руками – це пантоміміка. Покажіть мені зараз виразом обличчя сердитого дідуса, лагідну матусю, похмурого татуса. Покажіть пантомімікою: мої злі ручки, лагідні ручки, сердиті ручки, ліниві ручки, сумні ручки, веселі ручки.

Гра «Випускаю пар». – У житті не потрібні ніде і нікому образливі слова, бійки. У народі кажуть: криком вогню не загасиш. Ті сили, які дає нам злоба, ми можемо випустити як пар із чайника, що кипить. Далі дорослий показує малюнки на тему, як випустити пар, нікого не образивши, – пограти в бокс подушками, потупотіти ногами, пострибати через скакалку, зробити зарядку або побігати, зробити кілька глибоких вдихів і видихів, надути повітряну кульку, пом'яти пластилін, потанцювати та ін.²⁸

Гра «Робота зі схемою». – Діти, закресліть схеми настроїв, які заважають познайомитися з друзями. Розфарбуйте схеми настроїв, що допомагають знайомитися і дружити. Обговорення: – Чи хочете ви мати багато друзів? – Який вираз обличчя обов'язково сподобатися друзям? Покажіть його за допомогою міміки²⁹.

Гра «Чарівний мішок».

Перед цією грою необхідно обговорити з дітьми, який у них зараз настрої, що вони відчувають, можливо, ображені на когось тощо. Потім вихователь пропонує кожній дитині скласти у «чарівний мішок» усі негативні емоції: злість, образу, сум тощо. Цей мішок з усім поганим, що в ньому є, викидається. Вихователь може запропонувати самій дитині викинути його. Добре, якщо вихователь також складе до цього мішка й власні негативні емоції. Можна використовувати ще один «чарівний мішок», з якого дитина може взяти собі ті позитивні емоції, які забажає³⁰.

²⁸ Гуменкова Л.Г. Особистість дошкільника. Київ, 2008. С. 129–133, 136, 145.

²⁹ Фесюкова Л.Б. Соціально-особистісний розвиток старших дошкільників. Харків, 2008. С. 67.

³⁰ Загадковий світ емоцій. Розвиток емоційної сфери дошкільників / Упоряд. І.В. Молодушкіна. Харків, 2011. С. 175.

Гра «Покажи почуття». Вихователь повідомляє дітям, що рух м'язів обличчя, які передають внутрішній стан, називаються мімікою. Міміка – важливий елемент спілкування. Він дає дітям завдання зобразити за допомогою міміки дві емоції: гнів, злість; здивування, біль; страх, утомленість; радість, спокій. Першу із зазначених емоцій кожна дитина по черзі демонструє решті дітей для відгадування. – Чи легко порозумітися без слів? Вихователь пропонує дітям об'єднатися у пари і перетворитися на «дзеркала», зображуючи другу задану емоцію.

Гра «Тренуємо емоції». Вихователь пропонує кожній дитині: 1) насупитися, як осіння хмара; розсерджена людина; зла чарівниця; 2) усміхнутися, як кіт на сонце; саме сонце; Буратіно; хитра лисця; радісна дитина; нібито побачив диво; 3) посердитися, як дитина, у якої забрали морозиво; двоє баранів на мосту; людина, яку вдарили; 4) злякатися, як дитина, яка загубилася в лісі; заєць, який побачив вовка; кошеня, на якого гавкає собака; 5) передати втому, нібито людина, яка підняла важкий вантаж; мураха, яка притягла велику муху; 6) зобразити відпочинок, як турист, який щойно зняв важкий рюкзак; дитина, яка багато попрацювала, але допомогла мамі; як стомлений воїн після перемоги³¹.

Дослідниця І. Кареліна наголошує, що під час використання ігор дорослому варто враховувати такі етапи. Перший етап – розвиток розуміння емоцій на рівні словесного позначення і опису експресії (так, у ході гри «Розкажи про настрій» діти називають емоції зображених на картках людей, пізнають емоції, показані гравцями, дізнаються емоції за описом експресії). Другий етап – розуміння емоцій на рівні їх осмислення у формі опису (так, у грі «Підбери картинку» пред'являється правило: знайти піктограму з таким же настроєм, як у героя картинки, і обґрунтувати вибір). Третій етап – розвиток розуміння емоцій на рівні осмислення у формі тлумачення (так, у грі «Розкажи казку» складають казку за 3–4 картинками із зображеннями людей із різними настроями)³².

Отже, емоційне спілкування дошкільника з дорослими має бути сповненим теплоти та гуманного ставлення до оточення. Запропонований комплекс ігор спрямований на розширення уявлень дітей про такі емоції, як радість, сум, здивування, страх, образа, заздрість, провина; розвиток уваги до самого себе, своїх емоцій і переживань; розвиток уміння адекватно виявляти свої почуття

³¹ Загадковий світ емоцій. Розвиток емоційної сфери дошкільників / Упоряд. І.В. Молодушкіна. Харків, 2011. С. 177, 179.

³² Карелина И.О. Развитие эмоциональной сферы детей в дошкольной образовательной организации : избранные научные статьи. Прага, 2017. С. 64.

розроблено з тією метою, щоб стимулювати дітей до опанування своїх емоцій і почуттів, навчити їх емоційної саморегуляції, що є однією з фундаментальних рис особистості.

ВИСНОВКИ

Першою формою людської активності є емоції, які стають своєрідним орієнтиром у пізнанні дитиною навколишнього світу. Завдяки емоціям дитинство залишається незабутнім періодом життя. Довільність емоційних процесів – здатність підпорядковувати власні безпосередні бажання свідомо поставленим цілям – є важливим емоційним новоутворенням кінця дошкільного віку, які виникають на рівні регуляції поведінки як результат всього перебігу психічного розвитку дитини протягом раннього і дошкільного дитинства.

Особливо варто звернути увагу на необхідність поглибленого ознайомлення дітей дошкільного віку з різними емоційними станами, формування у них уявлень про внутрішні та зовнішні чинники, що зумовлюють певний настрій у людини та його зовнішні прояви (міміка, жести, вчинки). Важливою умовою розвитку емоцій у дітей дошкільного віку є те, наскільки у них організована здатність до емпатії, тобто вміння поставити себе на місце іншого.

Запропоновані ігри та вправи допоможуть дітям навчитися розуміти індивідуальні особливості інших людей, розуміти емоційні реакції оточуючих, сприятимуть розвитку мови жестів, міміки і пантоміміки; розвинуть у дітей навички спілкування в різних життєвих ситуаціях з однолітками та дорослими.

АННОТАЦІЯ

У статті розглядається емоційний розвиток особистості як умова формування емоційного інтелекту дітей дошкільного віку. Звертається увага на те, що першою формою людської активності є емоції, які стають своєрідним орієнтиром у пізнанні дитиною навколишнього світу. Емоції відкривають можливість для здійснення дитиною своєрідних висновків про те, як варто поводити себе в тій чи іншій життєвій ситуації, наскільки ця ситуація безпечна, до яких наслідків можуть призвести конкретні дії. Відображається проблема розвитку емоційної сфери дітей та її особливостей у період дошкільного дитинства у науковій літературі. Дається визначення поняття «емоційний інтелект». Пропонуються такі питання, як теоретичні аспекти емоційного розвитку дітей дошкільного віку; емоційний розвиток дітей дошкільного віку як умова формування емоційного інтелекту; можливості використання ігор з розвитку емоційної сфери та емоційного інтелекту дітей дошкільного віку. Запропоновані ігри та

вправи допоможуть дітям навчитися розуміти індивідуальні особливості інших людей, розуміти емоційні реакції оточення, сприятимуть розвитку мови жестів, міміки і пантоміміки; розвинуть у дітей навички спілкування в різних життєвих ситуаціях з однолітками та дорослими.

ЛІТЕРАТУРА

1. Бабаева Т.И. Условия социально-эмоционального развития ребенка в дошкольном детстве. *Социально-эмоциональное развитие ребенка в дошкольном периоде* : материалы международного семинара. Санкт-Петербург, 1999. 154 с.

2. Валлон А. Психическое развитие ребёнка. Москва, 1967. 312 с.

3. Войтовська О. Розвиток емоційного інтелекту в дітей дошкільного й молодшого шкільного віку методами арттерапії. *Нова педагогічна думка*. 2020. № 2 (102). С. 68-71. DOI: 10.37026/2520-6427-2020-102-2-68-71

4. Гиппенрейтер Ю.Б. Развиваем эмоциональный интеллект. Психологические игры и занятия с детьми. Москва, 2014. 96 с.

5. Гуменкова Л.Г., Кашинська Г.В. Особистість дошкільника. Київ, 2008. 176 с.

6. Загадковий світ емоцій. Розвиток емоційної сфери дошкільників / Упоряд. І.В. Молодушкіна. Харків, 2011. 207 с.

7. Карелина И.О. Развитие эмоциональной сферы детей в дошкольной образовательной организации : избранные научные статьи. Прага, 2017. 122 с.

8. Карелина И.О. Содержание дидактических игр по развитию понимания эмоций человека у детей старшего дошкольного возраста. *Pedagogy & Psychology. Theory and practice*. 2016. № 3 (5). С. 15–18.

9. Кошелева А.Д., Перегуда В.И., Шараева О.А. Эмоциональное развитие дошкольников : учебное пособие. Москва, 2003. 179 с.

10. Пасічник В.М., Пітин М.П., Пасічник В.Р. Характеристика емоційного розвитку дітей дошкільного віку. *Український журнал медицини, біології та спорту*. 2018. Том 3. № 7. С. 297–301. DOI: 10.26693/jmbs03.07.297

11. Психологічне здоров'я дошкільників / Укл. Т.І. Прищепа. Харків: Основа, 2010. 239 с.

12. Развитие социальных эмоций у детей дошкольного возраста : психологические исследования / под. ред. А.В. Запорожца, Я.З. Неверович. Москва, 1986. 176 с.

13. Социально-эмоциональное развитие детей : теоретические основы / Сергиенко Е.А., Марцинковская Т.Д., Изотова Е.И. и др. Москва, 2019. 248 с.

14. Теплюк А.А. Особливості емоційного розвитку дітей дошкільного віку. *Дослідження молодих учених у контексті розвитку сучасної науки* : матер. III щорічної Всеукр. наук.-практ. конф., 18 квіт. 2013 р. Київ, 2013. С. 180–184.

15. Трофаїла Н.Д. Емоційна сфера дитини-дошкільника : її розвиток та особливості. *Актуальні проблеми сучасної дошкільної та вищої освіти* : зб. наук. пр. Одеса, 2014. Спецвипуск. С. 349–356.

16. Трофаїла Н.Д. Емоційний розвиток дітей дошкільного віку *Науковий вісник Миколаївського державного університету імені В.О. Сухомлинського. Серія : Педагогічні науки.* 2014. Вип. 1.45. С. 155–158.

17. Фесюкова Л.Б. Соціально-особистісний розвиток старших дошкільників. Харків, 2008. 128 с.

Information about the authors:

Klevaka L. P.,

Ph. D. in Pedagogic Sciences,

Associate Professor at the Department of Psychology and Pedagogy

National University “Yuri Kondratyuk Poltava Polytechnic”

24, Pershotravnevyyi avenue, Poltava, 36000, Ukraine

Grishko O. I.,

Ph. D. in Pedagogic Sciences, Associate Professor,

Associate Professor at the Department of Preschool Education

Poltava V. G. Korolenko National Pedagogical University

2, Ostrohradskoho str., Poltava, 36003, Ukraine