

## **РАЗВИТИЕ ЭМОЦИОНАЛЬНОГО ИНТЕЛЛЕКТА ДЕТЕЙ ДОШКОЛЬНОГО ВОЗРАСТА: ТЕОРЕТИЧЕСКИЙ АНАЛИЗ И ПРАКТИЧЕСКИЕ ПЕРСПЕКТИВЫ**

**Сотникова Е.И.**

**Сотникова Елена Игоревна**, Международный университет «МИТСО»  
Беларусь, Витебск, кафедра экономики и информационных технологий,  
старший преподаватель. E-mail: elenacotnikova8@gmail.com

**Аннотация.** В статье рассматривается проблема развития эмоционального интеллекта (ЭИ) как ключевой компетенции в дошкольном возрасте. На основе анализа работ отечественных и зарубежных авторов систематизированы эффективные педагогические средства и технологии.

**Ключевые слова:** эмоциональный интеллект; дошкольный возраст; эмпатия; игровая деятельность; педагогические средства.

## **DEVELOPMENT OF EMOTIONAL INTELLIGENCE IN PRESCHOOL CHILDREN: THEORETICAL ANALYSIS AND PRACTICAL PERSPECTIVES**

**Abstract.** The article discusses the problem of developing emotional intelligence (EI) as a key competence in preschool age. Based on the analysis of the works of domestic and foreign authors, effective pedagogical means and technologies are systematized.

**Keywords:** emotional intelligence; preschool age; empathy; play activity, pedagogical means.

Современный этап развития общества и образования характеризуется повышенным вниманием к «гибким навыкам» (soft skills), среди которых эмоциональный интеллект занимает одно из центральных мест. Если традиционно успешность ребенка связывалась в первую очередь с когнитивным развитием, то сегодня становится очевидным, что именно социально-эмоциональная компетентность является фундаментом для построения эффективных отношений со сверстниками и взрослыми, успешного преодоления возрастных кризисов и адаптации к школьному обучению [1, с. 45].

В условиях реализации Государственного образовательного стандарта дошкольного образования Республики Беларусь особое внимание уделяется становлению личности ребёнка, формированию его социальных компетенций

и психологического благополучия. В этой связи развитие эмоциональной сферы перестаёт быть периферийной задачей и выдвигается в ряд ключевых приоритетов воспитательной работы в учреждениях дошкольного образования (УДО).

В дошкольном возрасте, в период активного становления эмоционально-волевой регуляции и межличностного взаимодействия, целенаправленное развитие ЭИ приобретает характер сензитивной необходимости. Также Т. В. Дубровина подчёркивает, что именно в дошкольном возрасте закладываются основы эмоциональной культуры личности, формируются устойчивые паттерны эмоционального реагирования и взаимодействия [3].

Однако существует разрыв между признанием важности ЭИ и его системной, научно обоснованной интеграцией в педагогическую практику УДО. Часто развитие эмоциональной сферы происходит стихийно, фрагментарно, без опоры на четкое понимание структуры ЭИ и закономерностей его становления, поэтому необходимо рассмотреть теоретические основы эмоционального интеллекта в дошкольном возрасте.

Концепция эмоционального интеллекта, получившая широкое распространение благодаря работам П. Саловея и Дж. Майера, а затем Д. Гоулмана, трактуется как способность к распознаванию, пониманию, управлению и конструктивному использованию эмоций как в отношении себя, так и других людей, признан фундаментальной основой для успешной социализации, эффективной коммуникации и предупреждения девиаций в поведении [10, р. 432].

Применительно к дошкольному возрасту структура ЭИ может быть представлена следующими взаимосвязанными компонентами:

1. Внутрличностный ЭИ: способность ребенка к идентификации и вербализации собственных эмоций, пониманию причин их возникновения (рефлексия эмоций), а также навыки саморегуляции (умение справляться с гневом, обидой, страхом).

2. Межличностный ЭИ: способность распознавать эмоциональные состояния других людей по выражению лица, интонации, позе (социальная перцепция), понимать их возможные причины, демонстрировать эмпатический отклик (сопереживание).

3. Управление эмоциями в коммуникации: использование эмоциональной информации для построения и поддержания социальных контактов, разрешения конфликтных ситуаций со сверстниками, адаптации своего поведения в группе.

Исследования последних лет (Е. А. Кондратенко и А. И. Савенков) показывают, что уровень развития ЭИ у детей дошкольного возраста является значимым предиктором не только их социального статуса в группе, но и успехов в подготовке к школе. Дети с развитым эмоциональным интеллектом проявляют большую настойчивость в решении учебных задач, лучше

работают в команде, демонстрируют более высокий уровень произвольности и самоконтроля [4;7].

Ключевой предпосылкой развития ЭИ является нормативное эмоциональное развитие ребенка, проходящее этапы от простых эмоциональных реакций к сложным социальным эмоциям (стыд, гордость, чувство вины). Нарушения в эмоциональной сфере (алекситимия, агрессивность, повышенная тревожность) являются серьезным препятствием для формирования ЭИ.

При этом, развитие ЭИ не происходит в вакууме, оно тесно вплетено в контекст ведущих деятельности ребенка дошкольного возраста, а именно:

1. Игровая деятельность, особенно сюжетно-ролевая игра. В игре ребенок проживает различные социальные роли, что требует от него понимания и воспроизведения широкого спектра эмоциональных состояний («мама» заботится, «доктор» успокаивает). Игра создает безопасное пространство для экспериментирования с эмоциями, их отреагирования и обучения стратегиям поведения в конфликтных ситуациях, которые часто возникают в моменте выбора ребенком игровой роли, правильности ее обыгрывания. Коллективная игра выступает как тренинговая площадка для развития эмпатии, т.к. ребенку необходимо учитывать желания и чувства партнеров по игре, идти на компромиссы [8].

2. Общение со сверстниками и взрослыми. В процессе коммуникации ребенок напрямую сталкивается с необходимостью «считывать» невербальные сигналы, интерпретировать высказывания с учетом эмоционального контекста, выражать свои чувства социально приемлемым способом. Конфликты со сверстниками, при грамотном педагогическом сопровождении, превращаются из проблемы в мощный ресурс для обучения эмоциональной саморегуляции и навыкам переговоров.

3. Восприятие художественной литературы, мультфильмов, театральных постановок. Слушая сказку или наблюдая за персонажами на экране, ребенок учится анализировать мотивы их поступков, связывать события с эмоциональными реакциями героев, предвосхищать развитие сюжета. Обсуждение с взрослым вопросов типа «Почему герой расстроился?», «Что он почувствовал?», «Как можно было поступить иначе?» активно развивает эмоциональную рефлексию и словарь эмоций.

Стоит акцентировать внимание также на педагогические средства и технологии развития эмоционального интеллекта. Так, исследования Е. А. Кондратенко и А. И. Савенкова [4], Н. В. Ключевой [5], Т. В. Дубровиной [3] свидетельствуют о том, что педагогически организованная среда, насыщенная эмоционально значимыми взаимодействиями, способствует развитию ключевых компонентов ЭИ — эмпатии, распознавания эмоций, эмоциональной саморегуляции.

В белорусской педагогической науке также накоплен значительный опыт в этой области: работы О. В. Грибковой, Л. П. Кулешовой и Е. В. Степановой подтверждают эффективность игровых, арт-терапевтических и проектных технологий в развитии эмоциональной компетентности детей дошкольного возраста [2;6].

Целенаправленная педагогическая работа по развитию ЭИ должна быть системной и интегрированной в ежедневную жизнь группы. Она может реализовываться через следующие формы и методы:

1. «Эмоциональные» ритуалы и традиции группы: «Утренний круг настроения» (дети с помощью пиктограмм, цветowych карточек или коротких фраз делятся своим эмоциональным состоянием), «Копилка добрых дел», ритуал примирения после ссоры («Мирилки», «Коврик мира») [9, с. 63].

2. Специально организованные занятия в форме игрового тренинга. Такие занятия имеют четкую структуру и направлены на развитие конкретных компонентов ЭИ. Они могут включать:

- игры на распознавание и называние эмоций: «Угадай эмоцию» (по пиктограмме, фотографии, интонации), «Эмоциональное лото», «Зеркало» (повтори мимику);

- игры на понимание причин эмоций и их последствий: «Что случилось?» (по сюжетной картинке), «Закончи историю», «Почему он так поступил?»;

- игры на развитие эмпатии и просоциального поведения: «Утешь малыша» (работа с куклой), «Подари подарок другу», драматизация историй с моральным выбором;

- игры и упражнения на саморегуляцию: дыхательные упражнения («Задуй свечу», «Дышим как собачка»), методы мышечной релаксации в игровой форме, техники визуализации («Место спокойствия»), игры с правилами, требующие сдерживания импульсов («Море волнуется раз...», «Съедобное-несъедобное»).

3. Методы арт-терапии. Рисование, лепка, работа с песком предоставляют ребенку невербальные каналы для выражения сложных, иногда неосознаваемых эмоций. Темы для творчества могут быть направленными («Нарисуй свой страх, а потом преврати его во что-то смешное», «Слепи свою радость»).

4. Работа с родителями. Эффективность развития ЭИ в УДО резко возрастает при согласованности действий педагогов и родителей. Полезны тематические родительские собрания, мастер-классы по эмоциональному воспитанию, рекомендации по подбору книг и фильмов для семейного просмотра с последующим обсуждением эмоций героев.

Таким образом, развитие эмоционального интеллекта в дошкольном возрасте представляет собой не модный тренд, а насущную педагогическую задачу, от решения которой во многом зависит психологическое здоровье и

будущая социальная успешность подрастающего поколения. Дошкольное образовательное учреждение обладает всем необходимым потенциалом для системной работы в этом направлении: социальной средой (группа сверстников), квалифицированными педагогами и естественными для ребенка деятельностями.

Таким образом, развитие эмоционального интеллекта у детей дошкольного возраста представляет собой важнейшую задачу современного дошкольного образования. Теоретические и эмпирические исследования отечественных и белорусских учёных убедительно доказывают, что сформированность ЭИ способствует успешной социализации, снижению тревожности, повышению учебной мотивации и готовности к школе. Эффективность педагогического воздействия достигается за счёт комплексного применения игровых, арт-терапевтических, проектных и литературных технологий в условиях эмоционально насыщенной и поддерживающей среды. Дальнейшие исследования в этой области должны быть направлены на разработку стандартизированных диагностических инструментов, апробацию инклюзивных подходов и изучение долгосрочных эффектов развития эмоционального интеллекта.

### **Список литературы**

1. Гаврилова Е.В. Эмоциональный интеллект как фактор психологической готовности к школе детей старшего дошкольного возраста // Психологическая наука и образование. 2021. Т. 26. № 3. С. 44-56.
2. Грибкова О. В. Развитие эмоциональной компетентности дошкольников средствами арт-терапии // Педагогические науки: теория и практика. Минск: БГПУ, 2020. № 2 (45). С. 62-69.
3. Дубровина Т. В. Психологическое сопровождение эмоционального развития детей дошкольного возраста // Психология в школе. 2019. № 4. С. 45-52.
4. Кондратенко Е. А. Савенков А.И. Эмоциональный интеллект дошкольников: диагностика и развитие. М.: Просвещение, 2020. 120 с.
5. Ключева, Н. В. Формирование эмоционального интеллекта у детей 5–7 лет средствами игровой деятельности // Дошкольное воспитание. 2021. № 6. С. 28-35.
6. Кулешова Л. П., Степанова Е.В. Игровые технологии как средство формирования эмоционального интеллекта у детей старшего дошкольного возраста // Вестник Белорусского государственного педагогического университета имени Максима Танка. Серия 3: Педагогика. 2021. № 3. С. 84-91
7. Савенков А. И., Кондратенко Е.А. Психологические аспекты формирования эмоционального интеллекта у детей дошкольного возраста // Дошкольное воспитание. 2021. № 4. С. 32-41.

8. Сиротюк, А.Л., Сиротюк, М.А. Нейропсихологические основы развития эмоционального интеллекта дошкольников / А.Л. Сиротюк, М.А. Сиротюк // Современное дошкольное образование. Теория и практика. 2020. № 6 (102). С.32-41.

9. Хухлаева О.В., Хухлаев О.Е. Тропинка к своему Я: занятия по эмоциональному развитию дошкольников. М.: Генезис, 2023. 80 с.

10. Mayer J. D. Caruso, D. R., & Salovey, P. The ability model of emotional intelligence: Principles and updates // Emotion Review. 2020. Vol. 12. No. 1. P. 430-443.

© Сотникова Елена Игоревна, 2026