

РОЛЬ БАТЬКІВ У ФОРМУВАННІ ЕМОЦІЙНОГО ІНТЕЛЕКТУ У ДІТЕЙ РАНЬОГО ТА ДОШКІЛЬНОГО ВІКУ

Панченко Єлизавета Сергіївна,

Асистент кафедри теорії та методик дошкільної й інклюзивної освіти

Левчишина Лілія,

Студент

Житомирський державний університет імені Івана Франка

м. Житомир, Україна

Вступ. Швидкі суспільні зміни, інтенсивний прогрес технологій та вплив соціальних мереж створюють складні виклики для молодого покоління. У зв'язку з цим розвиток емоційного інтелекту набуває особливого значення. Вміння пристосовуватися до нових умов, розуміти інших і будувати ефективну комунікацію стають запорукою до успішної адаптації в сучасному суспільстві. Світ стає складнішим. Діти з розвиненим емоційним інтелектом рідше мають психологічні проблеми. Вони вміють справлятися з емоціями, адаптуватися до змін, мирно вирішувати конфлікти та приймати більш зважені рішення. Саме тому в Законі України «Про освіту» та «Про дошкільну освіту» важливим акцентом є створення умов для всебічного розвитку дитини. Зокрема, підкреслено значення формування її здібностей і талантів, а також збагачення інтелектуального та культурного потенціалу. Дошкільний вік є періодом інтенсивних змін у когнітивній, фізичній, мовленнєвій, соціальній та емоційній сферах розвитку. Проте дослідження останніх десятиліть виявили небажані тенденції у сфері емоційного розвитку дітей раннього та дошкільного віку.

Мета статті полягає у дослідженні процесу формування емоційного інтелекту у дітей раннього та дошкільного віку під впливом батьків.

Матеріали та методи. Формування емоційного інтелекту у дітей раннього та дошкільного віку є основним завданням соціально-емоційного розвитку та одним із ключових напрямів виховання. Він призначений для розвитку вміння дітей розуміти власні емоції та керувати ними, розпізнавати емоції інших, будувати здорові стосунки та приймати відповідальні рішення. Емоційний

інтелект починає розвиватися у дітей рано, а інші емоційні здібності «накладаються» на них протягом усього дитинства. Тому емоційний інтелект людини безпосередньо залежить від її досвіду дитинства. Кожен контакт між дитиною та батьками емоційно насичений.

Ми вважаємо, що емоційний інтелект — це здатність розуміти, розпізнавати та керувати власними думками та поведінкою, регулювати емоційні стани та розуміти емоції інших, помічаючи їхні нагальні потреби, співпереживаючи та розвиваючи їхні сильні сторони.

Емоції можна формувати як мимовільно, так і створюючи відповідні навчальні «хвилинки», спеціальні умови, де вивчати з дітьми почуття, переживання, емоційні стани тощо [1, 21 с]. З дітьми раннього та дошкільного віку для формування емоційного інтелекту батьки можуть використовувати наступні методи:

1. Ігрові методи (ігри з картками емоцій, театралізації, у яких діти відображають емоції різних персонажів, сюжетно-рольові ігри, де діти вчаться розуміти почуття інших).

2. Використання арт-терапевтичних технологій: ізотерапія (малювання емоцій; ліплення образів, які передають певні емоції тощо), музикотерапія (допомагає дітям розвивати здатність сприймати та розрізняти різні емоційні вирази в музиці, що сприяє розвитку їхньої емоційної свідомості та розумінню власних емоцій) [2, с. 247].

3. Читання та обговорення казок, оповідань, віршів. Важливо не тільки розповісти казку дітям, а й докладно обговорити сюжет, характери та вчинки героїв, зрозуміти причини їх дій [3, с. 99].

4. Використання психологічних вправ («Дзеркало емоцій», «Якби я був» тощо).

Найдієвішими для розвитку емоцій та емпатії у дошкільників є: практика уважності, різні арт-техніки, емоційний коучинг, казкотерапія як напрям практичної психології [4].

Роль батьків у розвитку емоційного інтелекту полягає в тому, щоб

забезпечити належне середовище, яке заохочує розвиток емоційних навичок. Батьки повинні розпізнавати та розуміти емоції своїх дітей і допомагати їм навчитися їх виражати та контролювати. Також важливо навчити дітей регулювати свої емоції та розвивати навички міжособистісного спілкування. Батьки можуть розвивати емоційний інтелект за допомогою різних методів і технік, включаючи взаємодію, рольову модель, встановлення правил і відповідальність. Виховання має величезний вплив на розвиток емоційного інтелекту дитини. Стосунки батьків і дітей, їх емоційний зв'язок, взаєморозуміння і підтримка мають прямий вплив на формування і розвиток емоційного інтелекту. Один із способів навчити дитину виражати та розуміти емоції – це активно спілкуватися з нею. Батьки можуть створити позитивну атмосферу, де можна вільно виражати почуття та ідеї, і подати приклад експресивності та емоційної відкритості. Важливо навчити дітей виражати свої почуття точними словами, щоб вони могли краще розуміти себе та інших.

Результати та обговорення. Науковці відзначають зростання кількості дітей, які переживають емоційну напругу, депресію чи фрустрацію. Частіше реєструються емоційні розлади, а також такі явища, як алекситимія, що ускладнює усвідомлення й визначення власних почуттів. Проблематику емоційного розвитку дітей у ранньому та дошкільному віці активно досліджували відомі українські психологи та педагоги, серед яких О. Гришко, О. Заїка, О. Кононко, Н. Мельник, Н. Трофаїла, У своїх працях вони наголошували на ключовій ролі емоцій у становленні особистості дитини, розкриваючи їхній зв'язок із пізнавальними процесами. Експерти відзначали важливість допомоги дітям у вираженні своїх емоцій і розумінні почуттів інших людей. Це розглядалося як необхідна умова для успішної соціалізації та гармонійного життя в суспільстві.

Вчені зосереджують увагу на тому, що передумовами виникнення емоційного інтелекту в дошкільному віці є саме біологічні (рівень емоційного інтелекту батьків, правопівкульний тип мислення, властивості темпераменту) та соціальні чинники (синтонія — емоційна реакція оточення на дії дитини; рівень

розвитку самосвідомості; рівень освіти батьків і матеріальне благополуччя родини; емоційно-позитивні стосунки між батьками; андрогінність – самоконтроль і витримка у дівчаток, емпатія та ніжні почуття у хлопчиків; фокус контролю; релігійність) [5, с. 72].

Розвиток емоційного інтелекту — це поступовий процес, який починається з раннього дитинства і триває все життя. Від народження діти перебувають у безперервному процесі емоційного навчання. Те, як батьки справляються з емоціями своїх дітей, впливає на розвиток їх мозку. Без перебільшення можна сказати, що емоційний інтелект є одним із головних компонентів, які закладають основу академічного, соціального та навіть професійного успіху. Відсутність емоційного інтелекту створює невпевнених дорослих, які коливаються між гнівом і апатією, не в змозі контролювати власні або чужі емоції. З іншого боку, діти, у яких розвиток емоційного інтелекту розпочинається з раннього віку не тільки навчаються розпізнавати та називати свої емоції, але й зрозуміють, як ці емоції впливають на їхню поведінку. І це не тільки допомагає будувати здорові соціальні зв'язки, але й сприяє зміцненню когнітивного розвитку. Зрештою, емоційно збалансований мозок — це мозок, який більш готовий до навчання.

Емоційний зв'язок між батьками та дитиною сприяє соціальному розвитку. Уміння дитини спілкуватися та взаємодіяти з оточуючими формується на основі відносин, які вона формує з батьками. Позитивний емоційний контакт з батьками допомагає дітям розвивати емпатію, співчуття та здатність розуміти почуття інших. Крім того, батьки, які позитивно взаємодіють зі своїми дітьми, впливають на когнітивний розвиток своїх дітей. Це допомагає дітям відкривати та пояснювати складні поняття та розвивати мовлення. Емоційний контакт з батьками сприяє розвитку позитивної самооцінки та віри у свої сили. Емоційна підтримка з боку батьків допомагає дітям розвивати впевненість у власних емоціях і здатність правильно їх виражати.

Роль батьків у розвитку емоційного інтелекту полягає у створенні сприятливого емоційного середовища, в якому їхня дитина відчуває себе в

безпеці, прийнятою та в любові. Батьки повинні виявляти інтерес до почуттів і емоцій своїх дітей, демонструвати тепло, співчуття та розуміння. Вони повинні бути емоційно присутніми та підтримувати свою дитину у важкі часи. Батьки повинні давати дітям можливість виражати свої емоції, допомагати їм розуміти їх і керувати ними. Важливо підтримати дитину в складних ситуаціях і навчити її способам справлятися зі стресом і негативними емоціями. Завдяки позитивному вихованню діти вчаться вірити в себе, розуміти свої можливості та брати відповідальність за свої вчинки. Емоційний зв'язок з батьками має значний вплив на самооцінку дитини. Коли батьки виявляють інтерес до почуттів і емоцій своїх дітей і підтримують їх, діти відчують, що їх цінують і про них піклуються. Це сприяє розвитку позитивної самооцінки, яка впливає на щастя й успіх у багатьох сферах життя. Тому освіта, виховання та підтримка є ключовими факторами розвитку емоційного інтелекту дитини. Відповідальні батьки, які активно працюють над розвитком емоційних здібностей і побудовою хороших міжособистісних стосунків, створюють сприятливі умови для розвитку своїх дітей.

Висновки. Отже, розвиток емоційного інтелекту в ранньому та дошкільному віці – це інвестиція в майбутнє дитини. Батьки відіграють ключову роль у цьому процесі, створюючи середовище, яке підтримує емоційний розвиток їхньої дитини. Вкладаючи час і зусилля в її розвиток батьки можуть допомогти своїм дітям досягти більшого успіху, щастя та краще адаптуватися до життя в сучасному світі. Розвиток емоційного інтелекту дітей є спільною відповідальністю батьків і суспільства. Зусилля, докладені для цього, матимуть величезний позитивний вплив на розвиток суспільства в цілому.

СПИСОК ВИКОРИСТАНИХ ДЖЕРЕЛ

1. Вовченко О. А. Програма психологічної діагностики та корекції емоційного інтелекту дітей раннього та дошкільного віку: навч. матеріал. Київ. 2023. 87 с. URL: <https://lib.iitta.gov.ua/id/eprint/738739>
2. Гур'янова Н. М., Баришнікова І. М. Роль музичного виховання у

формування емоційного інтелекту у дітей. The 4th International scientific and practical conference “Innovations and prospects in modern science” (April 10-12, 2023) SSPG Publish, Stockholm, Sweden, 2023. С. 245-250.

3. Залукіна К., Бухало О. Емоційний розвиток дітей дошкільного віку засобами казки. *Еволюційні процеси в галузі дошкільної освіти: інноватика, досягнення, перспективний досвід*: зб. матеріалів І Всеукр. інтернет-конф. викладачів, студентів, аспірантів та молодих вчених, м. Маріуполь, 27 листоп. 2020 р. / за заг. ред. О. Г. Брежнєвої, С. І. Макаренко. Маріуполь: МДУ, 2020. С. 97-99.

4. Клевака Л. П., Гришко О. І. Заїка В. М. Розвиток емоційного інтелекту дітей дошкільного віку. *Технології розвитку інтелекту*. 2022. Т. 6, №1 (31). URL: http://psytir.org.ua/index.php/technology_intellect_develop/article/view/590

5. Купчишина В. Ч. Теоретичні аспекти дослідження емоційного інтелекту в дітей дошкільного віку. *Вікова та педагогічна психологія*. 2024. Вип. 60. С. 69-75. URL: <https://dspace.nadpsu.edu.ua/handle/123456789/4647>