

Джатдоева К.М.

студент

5 курс, факультет заочной формы обучения

кафедра специального и инклюзивного образования

Ставропольский государственный педагогический институт

Филиал СГПИ в г. Ессентуки

Россия, г. Ессентуки

Научный руководитель: Кузьмина А.Б.

кандидат психологических наук

**ПСИХОГИМНАСТИКА КАК СРЕДСТВО РАЗВИТИЯ
ЭМОЦИОНАЛЬНОГО ИНТЕЛЛЕКТА У ДЕТЕЙ СТАРШЕГО
ДОШКОЛЬНОГО ВОЗРАСТА С ОГРАНИЧЕННЫМИ
ВОЗМОЖНОСТЯМИ ЗДОРОВЬЯ**

***Аннотация:** В статье рассматриваются особенности коррекционно-развивающей работы по развитию эмоционального интеллекта у детей старшего дошкольного возраста с ограниченными возможностями здоровья. Автором уточнены отдельные характеристики специфики развития эмоционального интеллекта данной группы детей, обобщён опыт реализации коррекционно-развивающих мероприятий.*

***Ключевые слова:** старшие дошкольники, эмоциональный интеллект, методы коррекции, психогимнастика*

***Annotation:** The article discusses the features of correctional and developmental work on the development of emotional intelligence in older preschool children with disabilities. The author clarifies certain characteristics of the specifics*

of the development of emotional intelligence in this group of children, summarizes the experience of implementing correctional and developmental measures.

Key words: *senior preschoolers, emotional intelligence, correction methods, psychogymnastics*

В настоящее время не только для нашей страны, но и для стран всего мира характерным является увеличение количества детей, имеющих различные ограничения в здоровье.

По данным Минпросвещения России и Росстата на 31 декабря 2023 года количество обучающихся с ОВЗ составляет более 1,15 миллионов человек. В их числе, дети с ОВЗ в учреждениях дошкольного образования: 517 343 человека (6,8% от общего количества воспитанников) [1].

Дети с ограниченными возможностями здоровья – это дети, состояние здоровья которых препятствует освоению образовательных программ или затрудняет его вне специальных условий обучения и воспитания.

Ключевым моментом модернизации современной системы образования является положение о том, что в системе образования должны быть созданы условия для развития и самореализации любого ребенка. По мнению ряда специалистов, развитый эмоциональный интеллект в себе оказывает может оказывать влияние на самореализацию ребенка с ОВЗ, обеспечивая адекватную регуляцию поведения и деятельности. Уверенность в себе рассматривается как индикатор таких личностных свойств подрастающего человека, как самопринятие, самооценность, чувство собственного достоинства. В связи с этим ребенок с ОВЗ нуждается в помощи (сопровождении) по целенаправленному развитию эмоционального интеллекта как условия его развития и самореализации.

Наиболее распространено и принято в научной среде следующее определение эмоционального интеллекта - способность воспринимать и понимать проявления личности, выражаемые в эмоциях, управлять эмоциями на основе интеллектуальных процессов.

Старший дошкольный возраст является сенситивным периодом в развитии эмоционального интеллекта, что обусловлено развитием его социальной сферы, механизмами подражания и интериоризации. К старшему дошкольному возрасту могут быть сформированы все компоненты эмоционального интеллекта, в том числе когнитивный (представления об эмоциях, способность распознать эмоции у другого и учитывать это в поведении), эмоциональный (развитие сопереживания, эмпатии, способности устанавливать эмоционально теплые связи), поведенческий (способность реализовывать понимание эмоций в регуляции социального поведения). Однако, у детей старшего дошкольного возраста с ограниченными возможностями здоровья наблюдаются различные деформации эмоционального интеллекта. Степень и вид отклонений обусловлен видом дефекта, качеством окружения, степенью благополучия в семье и многими другими факторами. При этом у каждого ребенка будет свой набор отклонений, вызванных уникальным сочетанием факторов, перечисленных выше. Подобная ситуация в значительной степени усложняет как процессы диагностики, так и коррекции развития эмоционального интеллекта у дошкольников.

Психогимнастика - это курс специальных занятий (этюдов, упражнений и игр), направленных на развитие и коррекцию различных сторон психики ребенка (как ее познавательной, так и эмоционально-личностной сферы).

Одной из наиболее известных работ о психогимнастике как методе коррекции является книга с аналогичным названием М.И. Чистяковой. Психогимнастика по программе М.И. Чистяковой нацелена на обучение детей выразительности в движениях, воспитании эмоций и навыков в саморасслаблении. [5, с.24]

Во время занятий психогимнастикой в основном используется бессловесный материал, хотя словесное выражение детьми своих чувств поощряется ведущим. Ведь назвать - значит более или менее понять.

Имитация детьми различных эмоциональных состояний имеет психопрофилактический характер. Во-первых, активные мимические и пантомимические проявления чувств помогают предотвращать перерастание некоторых эмоций в патологию. Во-вторых, благодаря работе мышц лица и тела обеспечивается активная разрядка эмоций. Это особенно важно потому, что в силу своих возрастных особенностей дети часто не осознают своих «психических заноз». В-третьих, у детей при произвольном воспроизведении выразительных движений происходит оживление соответствующих эмоций и могут возникать яркие воспоминания о неотрагированных ранее переживаниях, что имеет значение для нахождения первопричины нервного напряжения у некоторых детей.[3]

Целью психогимнастики является снятие психоэмоционального напряжения, сохранение естественных механизмов развития ребенка, сопровождать и будить ростки его самостоятельности, стараясь не управлять им, не обязывать его, не ограничивать его фантазию, не подавлять. Психогимнастика как метод коррекции имеет свою структуру.

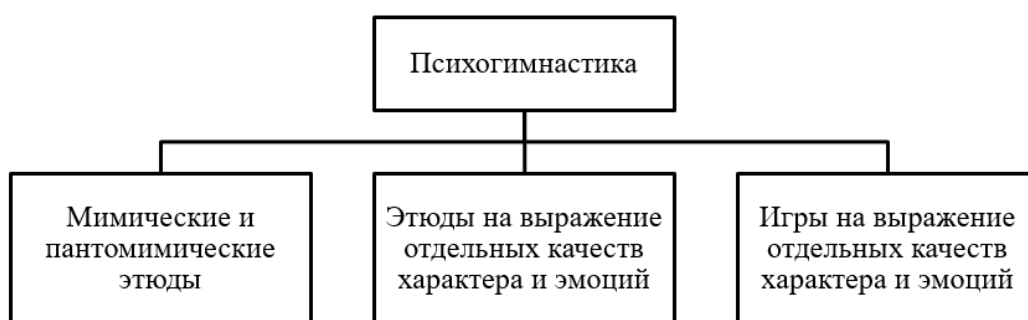


Рисунок 1. Структура психогимнастики

Согласно нашей гипотезе технология психогимнастики, включающая мимические и пантомимические этюды, этюды и игры на выражение отдельных качеств характера и эмоций, психотерапевтические этюды и

игры, психомышечную тренировку, применяемая при развитии эмоционального интеллекта у детей старшего дошкольного возраста с ОВЗ может способствовать повышению у них уровня развития таких показателей, как: умение осуществлять идентификацию собственных эмоциональных состояний в конкретных эмоциогенных ситуациях; умение осуществлять интерпретацию эмоциональных состояний других людей (анализ их поступков, их причин и последствий) в конкретных ситуациях; умение оптимизировать свое эмоциональное состояние (позитивное самовосприятие), использовать эмоции при принятии решения, направлять свои эмоции на достижение успеха (проявление оптимизма, настойчивости, упорства в достижении поставленной цели); умение позитивно влиять на эмоции другого человека.

Проверка данной гипотезы осуществлялась в ходе экспериментального исследования, проведенного на базе МБДОУ №33 пос.Железноводский Ставропольского края. В исследовании приняли участие 10 детей с ОВЗ различной нозологии, разделенные на экспериментальную и контрольную группы. В ходе констатирующего этапа эксперимента было установлено, что у большинства детей существуют проблемы с определением эмоций у других детей и взрослых и дети не всегда правильно считывают эмоциональное состояние других людей, что приводит к недопониманию и конфликтам. Большинство детей уже знают, как нужно себя вести, чтобы не получить проблем в общении с другими, они стараются вести себя правильно, так как нужно, а не так как чувствуется. Когда же, дети начинают проявлять подлинные эмоции, чаще всего, наблюдается сосредоточенность на себе и проявление равнодушия к окружающим их людям, что обостряется наличием у данных детей ОВЗ.

Следовательно, мы пришли к выводу, что уровень эмоционального интеллекта детей старшего дошкольного возраста с ОВЗ в большинстве, находится на низком уровне, что определяется недостаточным вниманием к

рассмотренному психологическому процессу в работе ДОО. Нами была разработана и апробирована коррекционно-развивающая программа на основе технологии психогимнастики, рассчитанная на 15 занятий. Из более чем 200 упражнений и этюдов, разработанных М.И.Чистяковой мы отобрали те, которые позволяют повысить уровень развития эмоционального интеллекта именно у детей, прошедших диагностику в ходе констатирующего этапа эксперимента. Это этюды «В зимнем лесу», «Заяц под кустом», «На жарком юге», «Грязь», «Цветок», «Гроза», «Дождик» «Туча», «Игра с камешками», «Котята», релаксация «На берегу моря». Реализация программы проводилась адресно, с учетом выявленных нарушений. По итогам реализации коррекционно-развивающей программы численность детей с высоким уровнем развития эмоционального интеллекта возросла на 20%, со средним уровнем – на 20%, и с низким уровнем сократилась на 40%. Статистическая обработка результатов экспериментальных данных с помощью U-критерий Манна-Уитни показала, что данные по трем из пяти методикам существенны, что также подтверждает эффективность проведённой коррекционно-развивающей работы.

Использованные источники:

1. Базарсадаева, Э.Ж. К вопросу об истории изучения эмоционального интеллекта / Э.Ж. Базарсадаева // Вестник Бурятского государственного университета. – 2013. - №5. – С.24-31.
2. Коротаева, Е.В. Теория и практика педагогических взаимодействий: учебник и практикум для бакалавриата и магистратуры / Е. В. Коротаева. – Москва: Издательство Юрайт, 2019. – 242 с.
3. Полетаева, Е.П. Эмоции в развитии ребенка дошкольного возраста / Е.П. Полетаева, Е.В. Мерзлякова // Молодой ученый. – 2018. – № 49 (235). – С. 290-293.

4. Холодная, М.А. Психология интеллекта. Парадоксы исследования: учеб. пособие для бакалавриата и магистратуры / М.А. Холодная. – 3-е изд., перераб. и доп. – М.: Издательство Юрайт, 2019. – 334 с
5. Чистякова, М.И. Психогимнастика /Под ред. М.И. Буянова. - 2-е изд.- М.: Просвещение: ВЛАДОС, 1995. - 160 с

=