

Развитие эмоционального интеллекта у детей с задержкой психического развития в младшем школьном возрасте.

Тема развития эмоционального интеллекта у детей с задержкой психического развития является насущной в современном обществе, где каждому ребенку должны быть предоставлены равные возможности для развития. Область изучения эмоционального интеллекта человека является сравнительно молодой и насчитывает чуть больше одного десятилетия.

Эмоциональный интеллект — сумма навыков и способностей человека распознавать эмоции, понимать намерения, мотивацию и желания других людей и свои собственные, а также способность управлять своими эмоциями и эмоциями других людей в целях решения практических задач.

Эмоциональный интеллект необходимо развивать. Особую важность и актуальность развитие эмоционального интеллекта приобретает в образовательном учреждении. Именно в школьном возрасте идет активное эмоциональное становление детей, совершенствование их самосознания, у них наблюдается гибкость всех психических процессов, а также глубокий интерес к сфере своего внутреннего мира.

Выделяют четыре составляющие эмоционального интеллекта:

- восприятие — способность распознавать эмоции по мимике, жестам, позе, поведению и голосу;
- понимание — знание, как определять причины появления эмоции, устанавливать связь между эмоцией и мыслью;
- управление — умение подавлять, побуждать и направлять эмоции;
- использование — активизация мозга с помощью эмоций.

Во время обучения в школе происходит интенсивное развитие детского организма. У школьника изменяется образ жизни, появляются новые цели, все это приводит к значительным изменениям эмоциональной жизни ребенка. У него появляются новые переживания, рождается новое эмоциональное отношение к действительности и явлениям происходящими вокруг него.

К особенностям эмоционального интеллекта младших школьников относятся:

- непосредственны и откровенны;
- оптимистичны и позитивны;

- легко эмоционально отзываются на события;
- чувствуют страх в учёбе из-за нового опыта и низких оценок;
- резко меняют эмоциональный настрой;
- незрело определяют свои и чужие чувства и эмоции.

Задержка психического развития – это темповое отставание развития психических механизмов, а также незрелость эмоционально-волевой деятельности детей, поддающиеся преодолению с помощью специализированного обучения и воспитания.

Актуальность проблемы обучения детей с задержкой психического развития в России в последние годы значительно возросла. Как показывают психологические исследования отечественных психологов, дети с задержкой психического развития составляют примерно 50% неуспевающих учащихся, что свидетельствует о том, что такие дети всё чаще встречаются в общеобразовательных школах. Такие дети испытывают трудности в учебе из-за повышенной утомляемости, неустойчивого внимания, плохой памяти, недостаточного уровня развития мышления и речи, что проявляется при выполнении различных заданий на уроках и во внеклассной деятельности.

У детей с задержкой психического развития наблюдается сниженный уровень развития эмоционального интеллекта по сравнению с типично развивающимися сверстниками. Особенно это касается способности распознавать и регулировать свои эмоции, эмпатию и умения устанавливать межличностные отношения. Дети с задержкой психического развития часто испытывают сложности с контролем своих эмоций, что может привести к агрессивному поведению или апатии. Однако, при проведении специализированных тренингов и занятий по развитию эмоционального интеллекта у детей с задержкой психического развития, наблюдается значительный прогресс в этих областях.

Работа по развитию эмоционального интеллекта у школьников должна начинаться с диагностики. В настоящее время существует 3 группы методик диагностики эмоционального интеллекта.

1. Методики, исследующие отдельные способности, входящие в состав эмоционального интеллекта.
2. Методики, основанные на самоотчете и самооценке испытуемых.
3. Методики «мульти-оценщики», то есть тесты, которые должен заполнить не только испытуемый, но и 10-15 знакомых ему людей (так

называемых «оценщиков»), проставляющих баллы его эмоциональному интеллекту.

На основании результатов диагностики возможны два подхода к развитию эмоционального интеллекта у школьников:

1) Можно работать с учеником напрямую, используя программы и методики.

2) Можно осуществлять работу опосредованно, через развитие связанных с учеником качеств, учитывая, что на формирование эмоционального интеллекта влияет развитие таких личностных свойств, как эмоциональная устойчивость, положительное отношение к себе, внутренний локус контроля (готовность видеть причину происходящих событий в себе, а не в окружающих людях и случайных факторах) и эмпатия (способность к сопереживанию). Таким образом, развивая эти качества школьника, можно повысить уровень его эмоционального интеллекта.

Продуктивными методами развития эмоционального интеллекта являются: арттерапия, психогимнастика, поведенческая терапия, дискуссионные методы, игра.

Развитие эмоционального интеллекта учащихся с задержкой психического развития является одним из направлений психолого-педагогического сопровождения для компенсации проблем в их развитии и обучении. Программа по этому направлению включает цикл групповых, подгрупповых и индивидуальных занятий с учащимися. Для повышения эффективности занятий необходимо использовать все многообразие приемов, которые можно сгруппировать следующим образом.

Приемы, используемые для преодоления нарушений эмоциональной сферы детей с задержкой психического развития:

Мимические и пантомимические игры и упражнения. Целью данных приемов является выразительное изображение отдельных эмоциональных состояний, связанных с переживанием телесного и психологического удовольствия и неудовольствия. Осознание детьми пространства собственного тела для выработки умения управлять им. Упражнения по типу мимической гимнастики, этюдов на выражение различных эмоций.

Игры на выражение отдельных черт характера. Целью данных приемов является выразительное изображение чувств, порождаемых социальной средой (доброта, жадность, честность), их моральная оценка. Обучение детей

навыкам самоконтроля, перевода агрессивных реакций в социально приемлемые формы с помощью игровых приемов. Такие упражнения, как «Подумай и изобрази», «Как поступить», «Рисуем эмоции», «Как улучшить настроение».

Игры, имеющие психотерапевтическую направленность. Здесь целью является коррекция настроения и отдельных черт характера, развитие умения чувствовать чужое настроение и эмоционально откликаться на него. Такие упражнения, как «Комплименты», «Зеркало», рисование на темы: «Мое лицо», «Мои сны», « Я боюсь...», «Когда я злой...».

Психомышечная тренировка. Целью является снятие психоэмоционального напряжения, обучение детей навыкам произвольного расслабления, саморегуляции. Умение расслабляться помогает одним детям снять напряжение, другим – сконцентрировать внимания. Сюда относится и психодинамическая медитация, которая связана с движениями, перевоплощениями, с развитием различного рода чувствительности и получением позитивного двигательного опыта.

Наиболее эффективно выполнение данной группы приемов условиях сенсорной комнаты с использованием соответствующего оборудования и музыкального сопровождения.

Формирование адаптивных форм поведения. Целью является развитие навыков совместной деятельности, закрепление конструктивных способов разрешения конфликтных ситуаций. Работа ведется непосредственно во время групповых занятия в ходе взаимодействия учащихся.

Формирование эмоциональной лексики. Целью данного вида работы является обогащение специфического словаря. В общении человек использует в качестве орудия речевой коммуникации лексику, которая является критерием определения способности мышления и интеллекта личности. Эмоциональная лексика выражает чувства, настроения, переживания человека, для нее характерна неоднозначность в понимании места и роли эмоционального компонента в значении слова, что предопределяет многообразие классификации данной лексики.

Составление описательных рассказов по картинке или серии картин с проблемным сюжетом. Целью является обучение умению связно и последовательно отображать в речи события, обращая внимание на красочность и точность высказываний, постепенно расширяя диапазон употребления эмоциональной лексики. Ученики в ходе описательного

рассказа выражают свое отношение к героям, к тем или иным ситуациям. Они высказывают, объясняют, доказывают свое мнение. При этом они активно используют эмоциональную лексику, состоящую из слов – оценок, с помощью которой возможно квалифицировать вещи, предметы, явления с положительной или отрицательной стороны.

Развитие эмоционального интеллекта у детей с задержкой психического развития приносит множество преимуществ как для самих детей, так и для их окружения: улучшается способность к общению и социализации, снижается уровень стресса и агрессивного поведения, повышается самооценка и уверенность в себе, улучшается качество отношений с окружающими.