

# ЭМОЦИОНАЛЬНЫЙ ИНТЕЛЛЕКТ ОСОБЕННЫХ ДЕТЕЙ.

## КОНТРОЛИРУЕМ ЭМОЦИИ!

*Т.Н.Комарова*

*ГКОУ «Специальная (коррекционная)*

*общеобразовательная школа № 33*

*города Ставрополя*

Эмоциональный интеллект (EQ) – способность эффективно разбираться в эмоциональной сфере человеческой жизни: понимать эмоции и эмоциональную подоплеку отношений, использовать свои эмоции для решения задач, связанных с отношениями и мотивацией. Важно обратить внимание на то, что EQ – способность. И это означает, что мы его как любую способность можем развивать у ребенка,

На развитие EQ ребенка влияют биологические предпосылки. Это, прежде всего, уровень EQ родителей (чем выше EQ у родителей, тем выше он у ребенка); правополушарный тип мышления (правое полушарие у нас отвечает именно за эмоциональную часть восприятия получаемой информации) и свойства темперамента (дети сангвиники лучше приспособляются к окружающей среде, за счет уравновешенного типа нервной системы и тяге к коммуникации) [2, с.44].

Особенностями развития детей с ОВЗ является снижение потребности в общении, несформированность форм коммуникации. Таким детям свойственен повышенный уровень тревожности, зависимость от окружающих, обидчивость и ранимость, страхи.

Уровень EQ умственно-отсталых детей находится в прямой зависимости от недоразвития интеллектуальной сферы, структуры дефекта, социальных условий. Для них характерны: некритическое самовосприятие; поверхностность, неточность и неадекватность опознания эмоциональных переживаний других людей; образы эмоциональных состояний словесно не воспроизводятся, обнаруживается бедный запас понятий, обозначающих эмоциональное состояние; недифференцированность тонких эмоциональных состояний.

В развитии EQ у детей с ОВЗ приоритетными задачами являются:

- создание атмосферы эмоциональной безопасности
- переживание совместных эмоциональных состояний (радость, удивление);
- развитие умения обращать внимание и реагировать на мимику и жесты взрослого;
- формировать позитивный образ своего «я»;
- содействовать оптимизации детско - родительских отношений.

Проявление эмоций у умственно отсталого ребенка зависит от возрастных особенностей, структуры дефекта, и социальной среды.

Успех в понимании эмоциональных состояний зависит от таких условий, как модальность эмоции (три базовые эмоции: страх, гнев и радость); возраст,

личностные характеристики ребенка; сложность и условия предъявления стимульного материала.

Умственно отсталый школьник испытывает трудности в вербальной интерпретации эмоциональных состояний. Наиболее легкими для распознавания является эмоция радости. Часто происходит подмена одного эмоционального состояния другим, такие эмоции как «грусть», «спокойствие», «страх», «злость». Сложны для опознания эмоции презрения, гнева, удивления по интонации [3, с.36]

Способность восприятия и понимания эмоциональной экспрессии голоса у детей с интеллектуальной недостаточностью находится на низком уровне.

Способы и методические приемы развития EQ:

1. Сюжетно-ролевая игра (в игре ребенок расслабляется, проявляет все чувства, которые он испытывает. Во время игры никто не давит на ребенка. В это время ребенок демонстрирует свои истинные «я»).
2. Трудовая деятельность (достижение положительного результата, радость за совершенный с другими детьми труд. Общий успех, чувство удовлетворения от совместной работы).
3. Совместное чтение книг. Через проживание сказочных ситуаций, через обсуждение рассказов, через объяснение поведения того или иного персонажа, дети знакомятся с разными ситуациями и чувствами героев.
4. Творческая деятельность, свободное и тематическое рисование (развитие эстетических чувств, формирование чувства прекрасного; перенос понятия «красота» на поведение детей).
5. коммуникативные упражнения (игра «Назови ласково»).

Что даст ребенку развитый EQ?

1. Комфортная социализация.  
Он сможет лучше распознавать настроение окружающих, их к нему отношение.
2. Общее благополучие ребенка.  
Низкий уровень EQ повышает риск возникновения психосоматических заболеваний.
3. Преуспевание в жизни.  
Исследователи установили, что около 80 % успеха в социальной и личной сферах жизни определяет именно уровень развития эмоционального интеллекта, и лишь 20 % – умственные способности. EQ – это еще и то, как человек может справиться со стрессами и сложностями.
4. Взаимопонимание с близкими [5, с.57].

Для развития EQ ребенку, прежде всего, необходимо полноценное общение с близкими. Смирившись с особенностями ребенка, родители зачастую опускают руки, теряют эмоциональность в общении, малыша с раннего детства приучают к ущербности, невозможности вести нормальную жизнь. Работа с родителями должна быть направлена на то, что их дети способны на многое, помочь преодолеть в себе запрет на выражение чувств и учиться вместе с ребенком ими управлять.

### **Игры для развития эмоционального интеллекта**

«Выбрасываем злость»

Даем ребенку сердитые тучки или темные кляксы, складываем их в мешок. При этом проговариваем с ребенком, какое плохое действие он совершил. Также педагог берет кляксу и складывает злость, обиду или другую отрицательную эмоцию в этот мешок и идете выбрасывать ее.

«Ласковые имена»

Игра коллективная, воспитывающая доброжелательное отношение одного ребенка к другому. Игроки должны встать в круг. Один из участников бросает мяч другому, называя его ласково по имени.

«Карточки – эмоции» (гномы, тучки, колобки)

Предложить ребенку: угадать, что чувствует человек на каждой картинке; попробовать сделать такое же лицо, как на выбранной картинке.

«Мое настроение» (развитие умения описывать свое настроение, распознавать настроения других, развитие эмпатии).

Детям предлагается рассказать о своем настроении: его можно нарисовать, можно сравнить с каким-либо цветом, животным, состоянием, можно показать его в движении - все зависит от фантазии и желания ребенка [6, с.76].

В связи с этим, чтобы эффективно развивать у обучающихся EQ, либо его корректировать, родителям, учителям, а также специалистам (психологу, дефектологу, логопеду) необходимо знать структуру EQ, его составляющие, а также его природу, приемы и методы развития. Помимо этого, значимые взрослые сами должны владеть достаточным уровнем развития EQ. Только в этом случае развитый EQ облегчит обучающимся с ОВЗ адаптацию к школе, за счет укрепления адаптивных механизмов развития личности ребенка. Эффективной коррекцией поведения по отношению к другим людям у умственно отсталых является обучение их способности понимать чувства другого ребенка, взрослого, ставя себя на его место и чувствуя его переживания и эмоции. В первую очередь речь идет о развитии эмпатии и проявлению радости за другого.

#### **Список использованных источников:**

1. Андреева И. Н. Эмоциональный интеллект: исследование феномена // Вопросы психологии. 2006. № 3.
2. Андреева И. Н. Предпосылки развития эмоционального интеллекта // Вопросы психологии. 2007. № 5.
3. Гиппенрейтер Ю.Б. Продолжаем общаться с ребенком. Так? – М.: АСТ, 2015.
4. Данилина Т.А., Зедгенидзе В.Я., Стёпина Н.М. В мире детских эмоций. 2004.
5. Ковалец И.В. Азбука эмоций: Практическое пособие для работы с детьми, имеющими отклонения в психофизическом развитии и эмоциональной сфере. 2003.
6. Набойкина Е.Л. Сказки и игры с «особым» ребенком.- СПб.: Речь, 2006.