# ЭМОЦИОНАЛЬНЫЙ ИНТЕЛЛЕКТ И ЕГО ВЛИЯНИЕ НА РАЗВИТИЕ ЛИЧНОСТИ РЕБЕНКА

**[1]Вайс Элиз Юсуфовна, [2]Джанпеисова Гаухар Эркиновна**
*[1]Студентка 4-го курса Филиал РГПУ им. А.И.Герцена в г. Ташкенте Факультет: Детская психология*
*[2]кандидат педагогических наук, доцент, заведующая кафедрой дошкольного образования*
***https://doi.org/10.5281/zenodo.17067448***

***Аннотация.*** *В статье рассматривается феномен эмоционального интеллекта как важнейшего ресурса личностного развития ребёнка в современных социокультурных условиях. Анализируется его влияние на адаптацию к образовательной среде, формирование коммуникативных навыков, развитие самооценки и когнитивной продуктивности. Подчеркивается значимость целенаправленной педагогической поддержки в развитии эмоционального интеллекта у детей дошкольного и младшего школьного возраста. Обосновывается, что высокий уровень эмоционального интеллекта способствует не только эмоциональному благополучию ребёнка, но и его устойчивому развитию, успешной социальной интеграции и самореализации в будущем.*
***Ключевые слова:*** *эмоциональный интеллект, развитие личности, адаптация, социальные навыки, педагогическая поддержка, дошкольное образование, эмоциональное благополучие.*

***Abstract.*** *The article examines the phenomenon of emotional intelligence as a crucial resource for a child's personal development in modern socio-cultural conditions. Its influence on adaptation to the educational environment, the formation of communication skills, the development of self-esteem, and cognitive productivity is analyzed. The importance of targeted pedagogical support in the development of emotional intelligence in preschool and early school-age children is emphasized. It is argued that a high level of emotional intelligence contributes not only to the child's emotional well-being but also to sustainable development, successful social integration, and self-realization in the future.*
***Key words:*** *emotional intelligence, personality development, adaptation, social skills, pedagogical support, preschool education, emotional well-being.*

В современных социокультурных условиях, когда система образования ориентирована на формирование гармоничной, социально ответственной и адаптивной личности, особое внимание уделяется развитию эмоционального интеллекта как неотъемлемой составляющей устойчивого личностного роста. Эмоциональный интеллект включает способность распознавать, понимать и регулировать собственные эмоции, а

также учитывать эмоциональные состояния других людей, что обеспечивает эффективное взаимодействие в социуме и создает основу для формирования здоровых межличностных отношений.

В дошкольном и младшем школьном возрасте формирование эмоционального интеллекта имеет особое значение, поскольку именно в этот период закладываются основы эмоциональной саморегуляции, развивается эмпатия и способность к сотрудничеству. Дети с эмоциональным развитием легче справляются со стрессовыми ситуациями, успешнее решают межличностные конфликты, проявляют инициативу и гибкость в общении.

Эмоциональный интеллект состоит из четырёх основных компонентов:

1. Самосознание — понимание и принятие своих эмоций.
2. Самоконтроль — управление своим эмоциональным состоянием и использование эмоций для достижения целей.
3. Эмпатия — понимание эмоций и состояний других людей.
4. Социальные навыки — умение строить и поддерживать гармоничные отношения.

Важность эмоционального интеллекта объясняется тем, что он напрямую влияет на адаптацию человека к социокультурной среде, на качество его отношений и психологическое благополучие. Эмоции формируют наш субъективный опыт и реакцию на события: не столько сами обстоятельства определяют наше состояние, сколько то, как мы их воспринимаем и переживаем.

Таким образом, развитие эмоционального интеллекта у ребёнка — это не второстепенная задача, а фундамент формирования его личности, ценностных ориентиров и способности жить в гармонии с собой и окружающими.[2]

**Осознанность — “Стратегия маленьких исследователей”**

Для младшего школьника это умение распознавать и называть свои эмоции, понимать, почему он чувствует себя именно так. Вместо абстрактных рассуждений — игровые упражнения: “термометр настроения”, “дневник эмоций”, сказки о чувствах. Это помогает ребёнку осознавать связь между событиями и своими реакциями.

**Самооценка — “Стратегия маленьких звезд”**

В этом возрасте важно формировать уверенность через успехи в учёбе, творчестве и спорте. Педагоги и родители должны давать конструктивную похвалу (“Ты постарался и у тебя получилось!”), поощрять самостоятельные решения и позитивное восприятие себя. Игры с выбором и обсуждением “Что я умею?” развивают принятие и решительность.

**Мотивация — “Стратегия героев-открывателей”**

Здесь основной акцент — на формировании интереса к новому и умения доводить начатое до конца. Можно использовать “карты достижений” или совместные проекты, где ребёнок видит результат своих усилий. При неудачах важно помогать анализировать ситуацию без обвинений, показывая, что ошибки — часть пути.

**Адаптивность — “Стратегия дружных лидеров”**

Для ребёнка это умение понимать чувства других (“Как ты думаешь, что сейчас чувствует Петя?”), договариваться, делиться, справляться с волнением. Полезны ролевые игры с разыгрыванием конфликтных и дружеских ситуаций, дыхательные упражнения для снятия стресса, совместные задания, требующие командной работы.

Эмоциональный интеллект — это не просто умение «быть в курсе своих эмоций», а целый комплекс навыков и способностей, который соединяет эмоциональную и интеллектуальную сферы человека. Он включает в себя умение распознавать свои и чужие эмоции, понимать их смысл, контролировать эмоциональные реакции и использовать их для принятия решений, общения и достижения целей.

В науке существует несколько определений этого понятия. Рувен Бар-Он в 1985 году ввёл понятие EQ (эмоциональный коэффициент) по аналогии с IQ и определил его как совокупность когнитивных способностей и навыков, позволяющих справляться с жизненными трудностями. Дж. Мейер и П. Саловей в 1990 году описали эмоциональный интеллект как способность воспринимать, оценивать и выражать эмоции, а также управлять ими для личностного роста. Д. Гоулман дополнил это понимание, акцентировав внимание на роли осознанности, эмпатии и умении управлять эмоциями в межличностных взаимодействиях [3].

Влияние эмоционального интеллекта на развитие личности ребёнка можно рассматривать в нескольких ключевых аспектах. Во-первых, он способствует формированию позитивной самооценки, что напрямую связано с уверенностью в себе и внутренней устойчивостью. Во-вторых, высокий уровень эмоционального интеллекта формирует социально значимые качества — ответственность, терпимость, готовность к сотрудничеству и взаимопомощи. В-третьих, умение управлять собственными эмоциями положительно влияет на когнитивную продуктивность: повышает концентрацию внимания, улучшает усвоение информации и способствует более успешному выполнению учебных задач.

Для эффективного развития эмоционального интеллекта необходима целенаправленная педагогическая поддержка. Она предполагает создание доверительной атмосферы в образовательной среде, внедрение игровых и арт-терапевтических методов (сказкотерапия, драматизация, изотерапия), развитие эмпатии через анализ эмоциональных состояний героев литературных произведений, мультфильмов и жизненных ситуаций, а также обеспечение постоянной обратной связи между педагогом, ребёнком и семьёй [6].

Также, эмоциональный интеллект следует рассматривать как ключевой ресурс устойчивого развития личности ребёнка. Его формирование в условиях целостной образовательной среды позволяет не только обеспечить эмоциональное благополучие, но и создать основу для успешной социальной интеграции и самореализации в будущем, что отвечает стратегическим целям современного образования [4].

Например, концепция В. А. Сластенина включает в себя профессионально-педагогическую культуру как сложную и целостную систему, в которой объединены ценности, идеи, качества личности педагога, его способы познания и гуманистические методы работы с детьми. То есть речь идёт не просто о наборе знаний или умений, а о глубоко интегрированной системе, определяющей, как педагог думает, действует и взаимодействует с учениками.[5] В то время, как Е. В. Бондаревская делает акцент на личностном и творческом измерении этого понятия. Для неё профессиональнопедагогическая культура — это духовная индивидуальность педагога, его личный взгляд на ценности образования, уникальный «педагогический почерк» и предпочтения в выборе методик и технологий. Иными словами, это не только

профессиональная основа, но и личностная окраска, которая делает работу учителя неповторимой. [1] ***Заключение:***

Эмоциональный интеллект играет ключевую роль в формировании гармоничной, социально адаптированной и успешной личности ребенка. Способность понимать собственные эмоции, управлять ими, а также распознавать и учитывать чувства других людей создает прочную основу для эффективного общения, принятия взвешенных решений и конструктивного поведения в различных жизненных ситуациях. В младшем возрасте развитие эмоционального интеллекта особенно значимо, так как именно в этот период закладываются базовые модели эмоционального реагирования, умения взаимодействовать с окружающими и формируются навыки саморегуляции.

Развитие эмоционального интеллекта в образовательном процессе должно опираться на комплексный подход, включающий игровые, творческие и коммуникативные методы, а также поддержку со стороны педагогов и родителей. В современных социокультурных условиях, характеризующихся высокой динамикой и информационной насыщенностью, умение управлять эмоциями становится не только личностным преимуществом, но и необходимым условием успешной социализации и будущей профессиональной самореализации ребенка.

Следует отметить, что формирование эмоционального интеллекта рекомендуется рассматривать как стратегическую задачу воспитания и образования, направленную на устойчивое развитие личности, готовой к взаимодействию с постоянно меняющимся миром.

## СПИСОК ИСПОЛЬЗУЕМЫХ ИСТОЧНИКОВ

1. Бондаревская, Е. В. Воспитание как встреча с личностью // Бондаревская, Е. В. Избранные педагогические труды: в 2 т. Т. 1. – Ростов н/Д, 2006. – 420 с.
2. Выготский, Л. С. Психология развития ребёнка / Л. С. Выготский. – М.: Педагогика, 1984. – 528 с.
3. Гоулман, Д. Эмоциональный интеллект / Д. Гоулман. – Нью-Йорк: Bantam Books, 1995. – 352 с.
4. Майер, Дж. Д. Эмоциональный интеллект: теория, результаты и выводы / Дж. Д. Майер, П. Саловей, Д. Карузо // Психологическое исследование. – 2004. – Т. 15, № 3. – С. 197–215.
5. Сластенин, В. А. Педагогика: учеб. пособие для студ. высш. пед. учеб. заведений / В. А. Сластенин, И. Ф. Исаев, Е. Н. Шиянов ; под ред. В. А. Сластенина. – М.: Изд. центр «Академия», 2002. – 576 с.
6. Широких, О. К вопросу о формировании нравственных ценностных ориентаций / О. Широких, Н. Космачева // Дошкольное воспитание. – 2008. – № 4. – С. 42–46.
7. Эриксон, Э. Детство и общество / Э. Эриксон. – М.: АСТ, 2006. – 592 с.