

Проблемът за емоционалната интелигентност на 7-9-годишните деца

Светлана Станчева

The problem of emotional intelligence in 7-9 year old kids: Emotional intelligence focuses on the knowledge and the usage of personal emotional state and emotions of others. It is used to solve problems and to control behaviour. High emotional intelligence is pivotal for successful activities as it stimulates interpersonal communication. Behaviour of individuals of primary school age 7-9 year old is characterized with emotional sympathy towards the events that surround them as well as: enthusiasm, imagination, mental and physical activities perceptions, spontaneity, honesty, which all add up when they express their emotional experiences. Such experiences are essential for every student as they form their own emotional intelligence.

Key words: emotional intelligence, emotion.

ВЪВЕДЕНИЕ

Съвременното общество изисква от хората да носят отговорност за собствените решения и постъпки, при взаимодействие с околните да проявяват инициатива, да реализират своите потребности, успешно да постигат целите си, без да нарушават правата на другите. Очакваният тип поведение е свързан с уменията на човек да анализира собствените емоционални преживявания, да разбира емоциите на околните, да използва получената информация в своята дейност, т.е. изисква формирана емоционална интелигентност. Емоционалното благополучие на детето е важен елемент в развитието на пълноценната личност. Спокойната обкръжаваща среда, емоционалното уравновесено вътрешно състояние на детето му позволяват да усъвършенства своите действия, да укрепва уменията си, да проявява творчество и фантазия, да изостря и удовлетворява любопитството си.

Анализът на съвременната психологическа и педагогическа литература, опитът от практическата работа, позволяват да се разглежда емоционалната интелигентност като сложно интегративно понятие, което представлява съвкупност от когнитивни, поведенчески и собствени емоционални качества, осигуряващи осъзнаване, разбиране и регулиране на собствените емоции и емоциите на другите, които успешно влияят на междуличностните взаимодействия и на личностното развитие.

Сензитивен период за формиране на емоционалната интелигентност и създаване условия за нейното развитие е началната училищна възраст, защото естествената необходимост от емоционално възприемане на заобикалящия свят по това време се допълва от активно интелектуално развитие.

ИЗЛОЖЕНИЕ

Днес активно се разработва проблемът за емоционалната интелигентност. Същевременно, при внимателно разглеждане на разпространените представи за емоционалната интелигентност, се оказва, че съдържанието на това понятие е доста широко [4].

Проблемът за емоционалната култура на човека е актуален през цялата история на човешкото общество. През 3 в. пр. Хр. Аристотел в своята "De Anima" смята, че хората и животните могат да правят сетивни преценки на нещата като добри или лоши за тях. Тази оценка възбужда емоция - харесване или нехаресване. Тома Аквински в своите "Commentary" следва Аристотел в това обяснение на емоционалната възбуда. Според Декарт всяка емоция се възбужда директно чрез възбудата на „животински“ дух или чрез възбудата на вродени рефлексни действия заедно с физиологичните промени, необходими за оценяване.

Тази идея е споделена и от Дарвин, който във връзка със значението на изразяването на емоциите за оцеляване и адаптация отбелязва, че "високата степен

на интелигентност е със сигурност съгласувана със сложните инстинкти и въпреки че действията, отначало заучени волеви, скоро могат по линия на навика да се извършват с бързината и сигурността на рефлексии, не би било невъзможно да се окаже, че има известно взаимодействие между развитието на интелигентността и на инстинктите и съответните наследствени модификации на мозъка“ [1].

След древните мислители и съвременните психолози, философи и учени подчертават актуалността на проблема за развитието на емоционалната интелигентност - човек да бъде открит за своите емоционални преживявания, да свързва нейните възможности с хармоничното взаимодействие на сърцето и разума, афекта и интелекта.

Емоционалната интелигентност се проявява в способността да се приспособяваш, адаптираш към заобикалящата среда и да намираш общ език. Идеята за емоционалната интелигентност възниква от понятието социална интелигентност, което се разработва от автори като Е. Торндайк, Дж. Гилфорд, Г. Айзънк [1].

Емоционалната интелигентност има определена връзка с личностната сфера. Р. Сърнберг [6] смята, че постигането на успехи зависи от способността на човек да акумулира своите силни качества и да коригира или компенсира слабостите си чрез равновесие на аналитичните, творчески, практически способности, за да може да се адаптира към обкръжаващата среда, да я формира или измени.

Като психологическа концепция, овладяването на заобикалящата среда е свързано с вътрешното чувство за контрол – способността да разбира, да се интегрира и да откликва ефективно в собствената среда. Чувството, че нещата са под контрол, е важен фактор за личната мотивация и е една от отличителните черти на личността с високи постижения. За да се внуши на децата вътрешен контрол, е важно да им се предостави възможност сами да определят целите [7].

Въпреки своите различия, изследователи на емоционалната интелигентност като Р. Бар-Он, Д. Голман, Дж. Майер, П. Саловей, Д. Люсин смятат, че нейното високо ниво на развитие може да подпомогне физическото, психическото, нравственото, социалното благополучие на човек, дава възможност успешно да взаимодейства с околните, да решава поставени задачи, да изгражда позитивни взаимоотношения, да приема обмислени решения [2].

Понятието емоционална интелигентност предизвиква определен интерес, защото много от неговите компоненти (емпатия, мотивация за постижения, саморегулиране, рефлексия и др.) са необходими както за пълноценното развитие на емоционалната сфера на детската личност, така и за успешния старт при формиране на комуникативната компетенция на учениците. Говорейки за необходимостта от развитие на съвкупността от способности, качества и умения, обединени от понятието емоционалната интелигентност, трябва да се отбележи, че емоционалните умения и навики, заложили в детството, ще станат определящи за цял живот. Освен това, уменията да управляваш своята емоционална сфера, оказва благотворно влияние върху психическото и соматичното здраве на детето, докато отсъствието на дадените способности може да доведе до алекситимия - трудност при идентифициране и назоваване на собствените емоции, трудности при разпознаване на емоциите на другите хора; затруднения при разграничаване на емоции и телесни усещания, недостатъчна способност за фантазиране (символизиране) и стеснено внимание, фокусирано върху външни събития за сметка на преживяванията. Емоционалната сфера, наравно с интелектуалната, играе важна роля при формиране на учебните навики и речевите умения в начална училищна възраст. Изпреварващото развитие на емоционалната сфера на децата подобрява качеството на обучение в ранна възраст.

Според д-р Дамасио [8] добре ориентираната и насочена емоция помага на разума да функционира правилно. В психологията принципът на единство на афекта и интелекта е най-добре изразен в понятието емоционална интелигентност.

Днес все повече предизвиква интерес проблемът за връзката между чувствата и разума, емоционалното и рационалното, тяхното взаимодействие и взаимно влияние. Емоционалната интелигентност е явление, което обединява уменията да се различават и разбират емоциите, да се управляват собствените емоционални състояния и емоциите на партньорите при общуване. В средата на 90-те години на 20 век възгледите за природата на личностния успех и развитието на човешките способности се променят. Оказва се, че усъвършенстването на логическото мислене и кръгзора на детето не е залог за успех в живота. По-важно е детето да овладее компонентите на емоционалната интелигентност:

- умение да контролира своите чувства;
- способност съзнателно да влияе на своите емоции;
- умение да определя своите чувства и да ги приема такива, каквито са;
- способност да използва своите емоции в полза на себе си и другите;
- умение ефективно да общува с другите хора, да намира общи точки с другите хора;
- способност да разпознава и признава чувствата на другите, да се поставя на мястото на другите, да им съчувства.

Според последните статистически изследвания, коефициентът на интелигентност на съвременните деца е нараснал с над 20 точки в сравнение с времето, когато е бил оценен за пръв път. В същото време социалните и емоционалните умения на подрастващите намаляват.

Развитието на емоционалната интелигентност е особено важно и актуално във възрастта 7-9 години, защото именно тогава се извършва активното емоционално израстване, усъвършенстване на самосъзнанието, способността за рефлексия и за децентриране.

Емоционалната интелигентност се развива като резултат от наследствените фактори и тези на обкръжаващите. Някои деца са „емоционално надарени“ от ранна детска възраст и са в естествена хармония със своите и чуждите емоции и чувства. Други деца се раждат с дефицит или с по-бавно развитие в тази област и не се интересуват от света на хората и техните чувства. Някои състояния, като хиперактивност, детска депресия, опозиционно предизвикателно разстройство, могат да причинят изоставане в емоционалната интелигентност. Въпреки това една емоционално и интелектуално стимулираща среда може да развие у всяко дете неговия уникален потенциал, защото всяко човешко същество се нуждае от адекватно емоционално обучение, от добра емоционална просвета.

Често емоциите се противопоставят на интелектуалните процеси и в това противопоставяне се отдава предпочитание на интелектуалната дейност, а емоциите се определят като пречка при решаване на важни задачи. Обаче емоционалните процеси не могат да се противопоставят на познавателните като външни, взаимно изключващи се противоположности: „Емоциите представляват единство на емоционалното и интелектуалното, така както познавателните процеси образуват единство на интелектуалното и емоционалното“[5].

Умението, децата да осъзнават и управляват своите чувства, се явява личностен фактор, който укрепва психичното здраве на децата. Доказано е, че върху формирането на емоционалната интелигентност влияе развитието на такива личностни качества като емоционална устойчивост, положително отношение към себе си, вътрешен локус на контрола, който се свързва с убежденията на личността относно причините за добрите или лошите резултати в нейния живот, емпатия (способност за съпреживяване). По този начин, развивайки тези качества на децата, може да се повиши нивото на емоционалната интелигентност .

Изследванията в областта на емоционалната интелигентност показват, че за успешната реализация на личността е най-важно способността за ефективно взаимодействие с обкръжаващите, която включва способност ефективно да се действа в системата на междуличностните взаимоотношения, умение да се ориентира в социални ситуации, правилно да се определят личностните особености и емоционалните състояния на другите хора, да се избират адекватни начини за общуване и да се реализират в процеса на взаимодействие. Когато се разшири диапазона на тестираните личностни свойства, като се включи към тях емоционалната сфера на личността и способностите за ефективно междуличностно взаимодействие, се получава значително по-точна картина на умствения потенциал на личността. За това свидетелстват резултати от експерименти, при които деца с невисоки резултати в тестовете за интелигентност, креативност и учебни успехи, но показали добри резултати по отношение на емоционалното развитие, успяват в живота.

Образователните системи в доста страни отчитат, че това, което отсъства в работата с децата в училище, е осъзнаването на емоциите и контролът върху тях. Затова и емоционалната интелигентност става част от техните програми, защото това е нещо, което може да се усвои и което всеки е в състояние да развие у себе си.

Доказано е, че съществуват пътища за овладяване на личностните качества самоконтрол, настойчивост, самомотивация, разбиране на собствените и чуждите емоции и състояния – всичко това развива емоционалната интелигентност. Но, както с овладяването на много други навици, най-продуктивно е да се развива емоционалната интелигентност у 7 – 9 годишните деца, тогава техният потенциал ще се развие в пълна и положителна степен. Правилно формираната емоционалната интелигентност дава възможност за позитивно отношение към:

- заобикалящия свят, да се оценява като такъв, в който може да си осигуриш успех и процъфтяване;
- другите хора (като достойни за такова отношение);
- себе си (като към човек, който е в състояние самостоятелно да определя целите на своя живот и активно да действа в посока тяхното осъществяване, също и да е достоен за самоуважение).

Здравето на детето, неговото физическо и психическо развитие, социално-психологическата адаптация в значителна степен се определя от условията на живот в училище. Именно началната училищна възраст е периодът на интензивно развитие на организма. Проблемът за запазването и укрепването здравето на учениците съществува отдавна, до момента има натрупана полезна и важна информация, която позволява да се създаде иновационен потенциал, да се осигури принципно изменение на ситуацията, оперативно да се решават възникнали проблеми и да се разширят възможностите за комплексна работа за укрепване на здравето на учениците.

Положителният емоционален климат по време на учебните часове позволява на децата да се разкрият, да бъдат уверени в себе си, което от своя страна понижава тревожността, страховете и се отразява положително на учебните резултати.

Животът в училище не трябва да бъде подчинен само на ученето, напротив, учебният процес трябва да се впише в системата на ефективна комуникация между субектите на образованието. Детето и отношенията с него трябва да се по-важни от учебната програма, защото именно в това взаимодействие се формира позитивната представа за себе си и другите. Творчеството, инициативата трябва да са по-важни от дисциплината и послушанието, а индивидуалността и самореализацията – по-важни от нормите и стандартите. Децата са по-уверени, по-щастливи, ако

притежават умения за емоционална интелигентност. Тези умения помагат да станат отговорни, грижовни и творчески личности [7].

Чувството за тревожност неизбежно съпровожда детето в училище, това е свързано с усвояването на новото, с публичния характер на учебните постижения и неуспехи, и се явява естествено. По-скоро стои въпросът не за отсъствието на тревожност, а за способността да се задържа тази тревожност на оптимално ниво, тогава тя ще може да изпълнява стимулираща функция, а няма да блокира познавателните процеси. Поддържането у учениците на състояние на любопитство, интерес към учебния материал, удовлетвореност от постигнатите резултати, усещане за наличие на собствени ресурси за решаване на поставените задачи, всичко това е свързано със създаването и поддържането на състояние на положителен тонус.

Емоционалните черти на индивида в значителна степен са обусловени от особеностите на социалния му опит, особено опитът, придобит в ранно детство. От емоциите, които най-често изпитва и проявява детето, зависи успешното му взаимодействие с обкръжаващите го, следователно и успешното му социално развитие, социализацията му [3].

ЗАКЛЮЧЕНИЕ

Изследователи предлагат програми за развитие на емоционалната сфера на учениците, които са насочени главно към корекция на негативни психологически състояния: борба със страховете, понижаване на агресивността, подобряване на взаимоотношенията с околните. По отношение на емоционалната интелигентност се смята, че тя по естествен начин ще се развива с израстването на детето, което разширява пространството си на взаимодействие, учи се да определя емоциите, да се ориентира какво е емоционалното състояние на околните. Но за целенасочено формиране и развитие на емоционалната интелигентност е необходимо да се създаде модел и методика за теоретично изследване.

ЛИТЕРАТУРА

- [1] Гарднър, Х., *Нова теория за интелигентността. Множествената интелигентност на 21. век.*, Ciela, 2004
- [2] Голман, Д., *Емоционална интелигентност*, Кибеа, 2000
- [3] Изард, К., *Психология емоций*, СПб., 1999
- [4] Люсин, Д., *Социальный интеллект: Теория, измерение, исследования* / Под ред. Д.В. Люсина, Д.В. Ушакова. М.: Институт психологии РАН, 2004. С. 29 - 36.
- [5] Рубенщейн, С., *Основы общей психологии*, СПб., 2000
- [6] Стернберг, Р., *Прекогнитивный интеллект*, СПб., 2002
- [7] Шапиро, Л., *Как да възпитаваме деца с висок емоционален коефициент*, Жан-Жанет Аргирова, 1999
- [8] Antonio, R. Damasio, *Descartes' Error*, London, 1996

За контакти:

Докторант Светлана Станчева, Катедра „Педагогика, психология и история“, Русенски университет „Ангел Кънчев“, e-mail: xristovasvetlana@abv.bg

Докладът е рецензиран.