

Как развивать эмоциональный интеллект ребенка

Основная задача образования состоит в набивании чучел детей информацией, которую многие по ошибке принимают за знания. Но есть и другие стороны развития личности, которые школа лишь изредка пытается потрогать указкой из кабинетов литературы и каморки психолога. Речь идет о воспитании чувств, эмпатии и нравственности. Инна Прибора при помощи психолога и педагога Ирины Беляевой рассказывает, как пробудить в ребенке добрые чувства.

Основная задача образования состоит в набивании чучел детей информацией, которую многие по ошибке принимают за знания. Но есть и другие стороны развития личности, которые школа лишь изредка пытается потрогать указкой из кабинетов литературы и каморки психолога. Речь идет о воспитании чувств, эмпатии и нравственности. Инна Прибора при помощи психолога и педагога Ирины Беляевой рассказывает, как пробудить в ребенке добрые чувства.

Эмоциям детей не придается такого значения, как их знаниям. В раннем детстве человеку говорят, что, мол, да, иногда неплохо бы делиться игрушками, драться по любому поводу — плохо, и вообще — не реви. Но к школьному возрасту ребенка мы больше сосредотачиваемся на том, чтобы рассказать ему о динозаврах, репликации генов и показываем видео с каким-то парнем, который прыгает с крыши на резиночке.

В то же время во взрослом мире поразителен успех литературы и курсов, посвященных навыкам владения собой, понимания собеседника, развитию своего эмоционального интеллекта или борьбе с прокрастинацией и стрессом. Люди учатся по-буддистски медитировать, осознавать свои чувства или хотя бы сдерживаться и не комментировать особенно глупые посты в интернете.

Ясно, что дети не прокрастинируют, а просто ленятся, что у них не стресс, а избалованность, что им нужно не осознание своих переживаний, а хорошая взбучка.

На бытовом уровне размеры внимания к своим внутренним проблемам и детским выглядят разительно. Вообще, с чувствами имеет смысл работать всем, современный мир своим постмодерном с размаху бьет по нервной системе: нет единого образца для подражания, а чужие почему-то вызывают раздражение.

Кроме чувств, хотелось бы вырастить у детей какие-то моральные ориентиры. Рассчитывать, что оно само донесется как-нибудь, не приходится. Мы живем в куче разнообразных моделей и интерпретаций реальности: один порвал книжку и мячик — это плохо, а у другого то же самое — инсталляция. Поэтому мы принимаемся рассуждать об этических ценностях супер-героя-трансформера, от которого без ума сын-младшеклассник, или цитировать «Быть знаменитым некрасиво» дочке, которая выбрала себе в кумиры Ким Кардашьян. Подобные дискуссии не лишены смысла, но ведутся, как правило, из проигрышной позиции.

В общем, пытаясь пробудить чувства добрые у детей, мы должны иметь в виду два аспекта: развитие эмоционального интеллекта и нравственное воспитание.

Эмоциональный интеллект включает в себя способность разбираться с чувствами своими и чужими — распознавать, уметь ими орудовать сообразно обстоятельствам. Вот эти понятия — воля, мотивация, самоконтроль — то, что все так жаждут видеть в детях, когда приходит пора уходить из парка аттракционов в музыкальную школу, относятся к эмоциональному интеллекту. Он также включает в себя эмпатию, способность поставить себя на место другого человека, сопереживать ему и даже принять его точку зрения как некую правду реальности.

На первый взгляд, эмпатия тесно связана с моралью: понимаю, разделяю, сочувствую, значит, не творю зла. Но одно не вытекает из другого напрямую: человек, который бросился в воду спасать тонущего, проявил наличие нравственных ценностей, а эмпатию — не успел. Кровавые диктаторы могли похвастаться очень

развитым эмоциональным интеллектом, волей, умением понимать других людей и управлять ими, а вот с этическим уровнем как-то у них не сложилось.

На эмоциях

Волна интереса к эмоциональному интеллекту поднялась в 90-е годы, после того как научный журналист Дэниел Гоулман выпустил книжку, посвященную этому вопросу. Именно недостатком EQ стали объяснять проблемы людей, которые при неплохом уровне обычного интеллекта, не преуспели в жизни.

Были разработаны тесты на определение эмоционального интеллекта, выданы гранты. Но оказалось, что и один эмоциональный интеллект — не синоним успеха. Американские журналисты По Бронсон и Эшли Мерримен в книге «Мифы о воспитании. Наука против интуиции», потирая руки, ссылаются на исследование, которое показало необыкновенно высокий уровень EQ у заключенных. С другой стороны, где еще умение понимать намерения окружающих становится таким же ценным, как в тюрьме, где нужна такая же четкая адекватность происходящему и управление своими порывами.

Мир современного подростка отличается от тюрьмы тем, что здесь тебе не нужно по выражению лица приятеля понимать его настроение.

Даже наоборот, происходит некоторое затирание нашей палитры живых реакций. Например, лингвист Максим Кронгауз в журнале Robb Report предсказывает, что введение новых эмодзи, которые тестирует фейсбук (Love, Haha, Yay, Wow, Sad, Angry) приведет к ограничению социально приемлемых реакций в жизни. Раз мы больше времени общаемся в сети, логично экономить способы самовыражения. Уже сейчас иногда обидно, что вместо того, чтобы поставить смайлик, тебе приходится выслушивать человека и что-то еще ему отвечать.



Нейробиологи тоже выражают лицом озабоченность. Японский профессор Рюта Кавашима обнаружил, что у подростков, которые играют в компьютерные игры, работает очень ограниченный кусок мозга, отвечающий за движения тела и зрение. Даже когда они перестают играть, лобные доли еще долгое время остаются «выключенными», а эти доли как раз отвечают за эмоции, умение держать под контролем спонтанные порывы, планирование. Авторы книги «Мозг Онлайн. Человек в эпоху интернета» Гэри Смолл и Гиги Ворган волнуются, что у поколения наших детей изменяется нейронный рисунок мозга вместе с угасанием социальных навыков.

Возможно, детям больше пригодится искусство общения в смартфоне, чем в живой компании, где принято как-то странно похлопывать друг друга по плечу и менять конфигурацию бровей.

А тем, кто думает, что неплохо бы как-то помочь ребенку с эмоциональным интеллектом, можно посоветовать, во-первых, почаще помещать младшего члена семьи в места, куда не дотянулся вай-фай, а во-вторых, позволить больше времени проводить в играх.

Американский психиатр и исследователь игры Стюарт Браун настаивает, что именно игровое взаимодействие вырабатывает способность воспринимать эмоциональное состояние другого и соответствующе реагировать. (Из книги «Игра. Как она влияет на наше воображение, мозг и здоровье»). Кошки, крысы, щенки и другие социальные млекопитающие, которые были в детском возрасте лишены игр и потасовок понарошку, не способны нормально взаимодействовать с мохнатыми товарищами. И более того — они впоследствии не могут этому научиться. Недостаток игр в компании приводит к тому, что бедное животное потом плохо отличает друга от врага, неверно трактует социальные сигналы, все эти взмахи плавниками, формы оскала и потряхивания копытами. Зверь либо ведет себя чересчур агрессивно, либо удаляется, избегая непонятных контактов, и сидит одиноко в норе без компьютера с готовыми эмодзи.

Кроме игр, **развитию эмоционального интеллекта способствуют:**

- чуткий наставник, который называет чувства других людей и помогает проговаривать свои;
- эмпатичная мать, с младенчества откликающаяся на нужды ребенка;

- чтение и обсуждение с чутким наставником и эмпатичной матерью глубокой художественной литературы (плач над «Каштанкой» и «Белым Бимом»).

Праведное питание

С нравственным развитием все еще труднее, чем с эмоциональным. Любого здорового гражданина бесит, когда моральные ориентиры и облики насаживают сверху, например, в виде самых человеческих людей в букварях, портретов вождей или уроков православного воспитания в школах.

Изнутри ребенка представления о разумном и вечном тоже могут вырасти, но это происходит под сильным влиянием масс-медиа. А там, где надо разобраться, «что такое хорошо и что такое плохо», гибкость как-то неуместна.

Американский психолог Лоренс Кольберг даже создал теорию нравственного развития. Проведенные эксперименты, кстати, подтвердили гипотезы исследователя.

Кольберг выделил **шесть стадий нравственного развития** у детей:

1. Ребенок слушается, чтобы избежать наказания.
2. Ребенок слушается, ожидая конкретной выгоды и еще конфет из верхнего ящика.
3. Ребенок ведет себя благонаравно, рассчитывая на одобрение со стороны окружающих, и опасается их гнева, если не попадает фантиком в урну.
4. Ребенок ведет себя прилично, потому что он в курсе установленных правил и существующего порядка вещей.
5. Ребенок осознает условность нравственных норм, но может обосновать этот высший закон интересами большинства и оценивает его как полезный.
6. Нравственные принципы обеспечиваются собственной совестью, не зависят от внешних обстоятельств.

К совести детей родители начинают взывать гораздо раньше, чем следует, иногда и вовсе напрасно. Чтобы совесть выросла до нужного объема, внимание ребенка нужно настойчиво направлять в область непознанного: кто и почему так поступил, честно или нечестно, добро или зло. Стадии эти человек проходит последовательно, но вовсе не обязательно, что он доберется до шестой. Многие, как можно заметить, остановились на втором пункте и выглядят довольно сытыми. По теории Кольберга, культурные факторы не формируют нравственный рост, но, спасибо и на том, стимулируют мышление, предлагая новые вещи для уяснения.

Одно из исследований показало, что когда дети просто прислушиваются к разглагольствованиям взрослых, в них самих мало что меняется.

Серию других экспериментов Кольберг провел с помощью своего аспиранта Блатта: тот толкал шестиклассников на обсуждение моральных дилемм, стараясь построить дебаты таким образом, чтобы дети сами вели споры. Он провоцировал когнитивный конфликт вокруг ситуации — должен ли был Хайнц украсть из аптеки лекарство для умирающей жены, если другого способа раздобыть снадобье не было? Должен ли был моряк, узнавший Жана Вальжана, сообщать в полицию? Как быть если требования закона вступают в противоречие с совестью?

В итоге Блатту приходилось подсказывать и задавать те вопросы, которые помогали увидеть детям изъяны в их рассуждениях, сначала ученики приходили в замешательство, но после дискуссии занимали более зрелую позицию. Что потом подтвердили исследования: да, дискуссии вокруг моральным дилемм работают, дети в самом деле продвигались вперед по оси стадий нравственного развития. Прогресс был заметен в сравнении с контрольными группами, в которых проблемы Жана Вальжана никого не интересовали.

Теперь дело за малым — сесть вечерком, открыть Достоевского и поговорить об этом с ребенком, стараясь втянуть младшего в спор. Не забыть запретить изображать лицо того эмодзи, которого все время тошнит. Кстати, сам Кольберг увлекся вопросами нравственности после того, как в молодости прочитал «Братьев Карамазовых».

Автор: Инна Прибора © Babr24.com Источник: МЕЛ ОБРАЗОВАНИЕ, ОБЩЕСТВО, РОССИЯ 5018
21.04.2016, 01:25 958

URL: <https://babr24.com/?ADE=144391> Bytes: 11107 / 10970 Версия для печати

Поделиться в соцсетях:

Также читайте эксклюзивную информацию в соцсетях:

- [Телеграм](#)

- [ВКонтакте](#)

Связаться с редакцией Бабра:

newsbabr@gmail.com

Автор текста: **Инна Прибора**.

НАПИСАТЬ ГЛАВРЕДУ:

Телеграм: @babr24_link_bot

Эл.почта: newsbabr@gmail.com

ЗАКАЗАТЬ РАССЛЕДОВАНИЕ:

эл.почта: bratska.net.net@gmail.com

КОНТАКТЫ

Бурятия и Монголия: Станислав Цырь

Телеграм: @bur24_link_bot

эл.почта: bur.babr@gmail.com

Иркутск: Анастасия Суворова

Телеграм: @irk24_link_bot

эл.почта: irkbabr24@gmail.com

Красноярск: Ирина Манская

Телеграм: @kras24_link_bot

эл.почта: krsyar.babr@gmail.com

Новосибирск: Алина Обская

Телеграм: @nsk24_link_bot

эл.почта: nsk.babr@gmail.com

Томск: Николай Ушайкин

Телеграм: @tomsk24_link_bot

эл.почта: tomsk.babr@gmail.com

Прислать свою новость

ЗАКАЗАТЬ РАЗМЕЩЕНИЕ:

Рекламная группа "Экватор"

Телеграм: @babrobot_bot

эл.почта: equatoria@gmail.com

СТРАТЕГИЧЕСКОЕ СОТРУДНИЧЕСТВО:

эл.почта: babrmarket@gmail.com

Подробнее о размещении

Отказ от ответственности

Правила перепечаток

Соглашение о франчайзинге

[Что такое Бабр24](#)

[Вакансии](#)

[Статистика сайта](#)

[Архив](#)

[Календарь](#)

[Зеркала сайта](#)