

Закарпатський угорський інститут ім. Ференца Ракоці II
Кафедра педагогіки та психології

Реєстраційний № _____

Кваліфікаційна робота
РОЗВИТОК ЕМОЦІЙНОГО ІНТЕЛЕКТУ В ПРОЦЕСІ
ДОШКІЛЬНОГО ВИХОВАННЯ

БАЛЛА-ПЕРДУК СІЛЬВІЯ-РЕГІНА МИКОЛАЇВНА

Студентка IV-го курсу

Освітня програма: 012 Дошкільна освіта

Ступінь вищої освіти: бакалавр

Тема затверджена Вченою радою ЗУІ

Протокол № 10 /27 жовтня 2021 року

Науковий керівник: **Гаврилюк Ілона Юліївна**

ст. викладач

Завідувач кафедрою: **Біда Олена Анатоліївна,**

доктор пед. наук, професор

Робота захищена на оцінку _____, «___» _____ 202_ року

Протокол № _____ / 2022

Закарпатський угорський інститут ім. Ференца Ракоці II

Кафедра педагогіки та психології

Кваліфікаційна робота
РОЗВИТОК ЕМОЦІЙНОГО ІНТЕЛЕКТУ В ПРОЦЕСІ
ДОШКІЛЬНОГО ВИХОВАННЯ

Ступінь вищої освіти: бакалавр

Виконав: студентка IV-го курсу

БАЛЛА-ПЕРДУК СІЛЬВІЯ-РЕГІНА МИКОЛАЇВНА

Освітня програма: 012 Дошкільна освіта

Науковий керівник: **ГАВРИЛЮК ІЛОНА ЮЛІВНА**

ст.викладач

Рецензент: **Бергхауер-Олас Емьовке Ласлівна**
PhD, доктор філософії з галузі соціальні та поведінкові науки

Берегове
2022

II. Rákóczi Ferenc Kárpátaljai Magyar Főiskola

Pedagógia és Pszichológia Tanszék

ÉRZELMI INTELLIGENCIA FEJLESZTÉSE AZ ÓVODÁBAN

Szakdolgozat

Képzési szint: alapképzés

Készítette: Balla-Perduk Szilvia-Regina

IV. évfolyamos hallgató

Képzési program:012 Óvodapedagógia

Témavezető: Gávriľjuk Iľona

tanár

Recenzens: Berghauer-Olasz Emőke

PhD docens

ЗМІСТ

ВСТУП.....	6
I. ЕМОЦІЇ В ДИТИНСТВІ ТА ЇХ ФУНКЦІЇ	8
1.1 Висловлення емоцій	9
II. ПОНЯТТЯ ЕМОЦІОНАЛЬНОГО ІНТЕЛЕКТУ.....	12
2.1 Вплив сімейного виховання на формування та розвиток емоційного інтелекту	14
III. РОЗВИТОК ЕМОЦІОНАЛЬНОГО ІНТЕЛЕКТУ У ДОШКІЛЬНОМУ ВІКУ...16	
3.1 Інструменти розвитку емоційного інтелекту.....	17
3.2 Роль вихователя.....	22
IV. ДОСЛІДЖЕННЯ МОЖЛИВОСТЕЙ РОЗВИТКУ ЕМОЦІОНАЛЬНОГО ІНТЕЛЕКТУ У ПРОЦЕСІ ВИХОВАННЯ В УГОРСЬКИХ ДОШКІЛЬНИХ НАВЧАЛЬНИХ ЗАКЛАДАХ ЗАКАРПАТТЯ	25
4.1 Аналіз анкет на предмет розвитку емоційного інтелекту у процесі дошкільної освіти.....	25
4.2 Результати дослідження на предмет розвитку емоційного інтелекту у процесі виховання в угорській дошкільній освіті Закарпаття	33
ВИСНОВКИ.....	36
РЕЗЮМЕ.....	38
СПИСОК ВИКОРИСТАНОЇ ЛІТЕРАТУРИ.....	39
ДОДАТКИ.....	41

TARTALOM

BEVEZETÉS.....	6
I. AZ ÉRZELMEK GYERMEKKORBAN ÉS FUNKCIÓI.....	8
1.1 Érzelmi kifejezésmódok.....	9
II. AZ ÉRZELMI INTELLIGENCIA FOGALMA.....	12
2.1 A családi nevelés hatása az érzelmi intelligencia kialakulására és fejlődésére.....	14
III. AZ ÉRZELMI INTELLIGENCIA FEJLESZTÉS ÓVODÁSKORBAN.....	16
3.1 Érzelmi intelligenciát fejlesztő eszközök.....	17
3.2 Az óvodapedagógus szerepe.....	22
IV. ÉRZELMI INTELLIGENCIA FEJLESZTÉS VIZSGÁLAT A KÁRPÁTALJAI MAGYAR ÓVODAI NEVELÉSben.....	25
4.1 Az érzelmi intelligencia fejlesztés az óvodai nevelésben kérdőív elemzése.....	25
4.2 Az érzelmi intelligencia fejlesztés vizsgálat eredményei a Kárpátaljai magyar óvodai nevelésben.....	33
ÖSZEFoglalás.....	36
REZÜMÉ.....	38
HIVATKOZOTT IRODALOM.....	39
MELLÉKKLET.....	41

BEVEZETÉS

Rohanó világunk napjaiban egyre kevesebb időt töltenek együtt óvodáskorú gyermekével a szülők többsége. Így a gyermekek érzelmi fejlesztése, egyre inkább az intézményes nevelésben valósul meg. Az óvodai oktatásban részesülő kisgyermekek érzelmi, ebben a korban válnak a legintenzívebbé, ezért kulcsfontosságú számukra megadni, az egyéni érzelmi intelligenciára alkalmas fejlesztési lehetőségeket.

A dolgozat fő gondolatmenetében az érzelmi intelligencia fejlesztését szeretném hangsúlyozni, amely nélkülözhetetlen kisgyermekkorban, a kiegyensúlyozott, boldog élethez, mégis méltatlanul kevés figyelmet kap a mai oktatási rendszerben.

Szakedolgozatom témájának aktualitása abban rejlik, hogy ráirányítsam az óvodapedagógusok figyelmét az óvodás gyermekek érzelmi intelligencia fejlesztésének jelentőségre. A szakirodalmi forrásokra alapozva közvetítek a legfontosabb tudnivalókat, mind elméleti, mind pedig gyakorlati síkon az óvodai érzelmi intelligenciafejlesztésről, hogy a megérdemelt helyet és szerepet kapjon az óvodai nevelés rendszerében. A gyermek személyiségfejlődésében, különösen a társas kapcsolatok kialakulásában játszik fontos szerepet az értelmi intelligencia fejlettsége.

Szülőként és pedagógusként is rendkívül fontos feladatunk, hogy a gyerekeket megtanítsuk érzelmeik felismerésére, kezelésére, hogy képesek legyenek örömteli kapcsolatok kialakítására, mélyebb önismeretre, feszültségeik oldására, ezáltal felnőve egy elégedettebb, szeretetben teljes élet kialakítására. Ehhez azonban önmagunknak is ezeknek a képességeknek a birtokában kell lennünk. A dolgozatban ismertetem a kisgyermekkorai érzelmeket, az érzelmi intelligencia meghatározását, fejlesztő eszközeit a nevelés folyamatában.

Szakedolgozatom megírásához összesen huszonöt szakirodalmi forrást használtam fel. Legfőbb szakirodalmi eligazítást a témában Kádár Annamária: *Az érzelmi intelligencia fejlődése óvodás- és kisiskolás korban*, Kádár Annamária: *Mesepszichológia (2012) I-II kötet: Az érzelmi intelligencia fejlesztése gyermekkorban*, valamint Kollár N. Katalin, Szabó Éva (2017): *Pedagógusok pszichológiai kézikönyve, I kötet*. Ezen tudományos anyagok alapján gyűjtöttem össze a szakedolgozatom témájához szükséges információkat, hogy megfelelő, aktuális és hiteles képet kaphassak az érzelmi intelligenciáról, fejlesztésének lehetőségeiről kisgyermekkorban. Szakedolgozatom négy fejezetből és alpontokból épül fel.

Az első fejezetben bemutatom az érzelmeket kisgyermekkorban, és azok kifejezőmódját.

A második fejezetben kerül bemutatásra az érzelmi intelligencia, mint fogalom, elméletei különböző pszichológusok szemszögéből, a családi nevelés hatásai az érzelmi intelligencia kialakulására és fejlődésére.

A harmadik fejezetben, a gyermek érzelmi intelligenciájának fejlesztésének fontosságát, eszközeit ismerteti, illetve az óvodapedagógus szerepét az óvodai nevelés során.

A negyedik fejezetben prezentálom vizsgálati kutatásom, valamint eredményeit.

Szakirodalmi feldolgozásban vizsgálom, az érzelmeket kisgyermekkorban, az érzelmi intelligencia fogalmát, valamint fejlesztő eszközeit a gyermek egyéniségére szabva. Kádár Annamária könyvei mellett, hogy irodalmi kutatásom alapjául szolgáltak, segített abban, hogy az érzelmi intelligencia fejleszthetőségének eszközeit megismerjem, és ezzel óvodapedagógus társaim ismereteit is gyarapítsam.

A témában végzett kutatás arra irányult, hogy felmérjem, Kárpátalja magyar tannyelvű óvodáiban dolgozó óvodapedagógusok, hogyan értelmezik az óvodás gyermek érzelmi intelligenciafejlesztését, kellő figyelmet fordítanak-e az óvodás gyermek érzelmi fejlesztésére és milyen módszereket és eszközöket alkalmaznak e-célből.

Annak érdekében, hogy bizonyítást nyerjen a feltételezés, miszerint, régióink gyakorló óvodapedagógusai értik és odafigyelnek az óvodás gyermek érzelmi intelligenciafejlesztésre, az alábbi hipotézisek lettek felállítva.

Első hipotézis: a Kárpátaljai magyar óvodákban dolgozó óvónők, fontosnak tartja az érzelmi intelligencia fejlesztését.

Második hipotézis: a Kárpátaljai magyar óvodákban dolgozó óvodapedagógusok, a gyermek érzelmi intelligencia fejlesztésének eszközeként a mesét részesítik-e előnyben.

Harmadik hipotézis: a Kárpátaljai magyar óvodapedagógusok kommunikációja a gyerekekkel, az érzelmi intelligencia fejlesztésének jegyében zajlik, vagyis intenzíven használják a szeretet nyelvét.

I. AZ ÉRZELMEK GYERMEKKORBAN ÉS FUNKCIÓI

Az érzelem szót nap, mint nap használjuk, pontos meghatározása azonban még a pszichológia területén sem könnyű. Az érzelem, vagyis az „emóció”- az ember és környezete közötti kölcsönhatások pszichikai kísérőjelensége. Arról tudósít, hogy milyen ingerek érkeznek a környezetből és ezek milyen állapotot eredményeznek belső világunkban (Ortutay,1977:65).

Az érzelmek értelmezésének alapjait egyrészt az evolúciós pszichológia, és az affektív idegtudomány vizsgálja. Az érzelmeknek az evolúciós pszichológiában egyfajta jelenést közvetítő funkciója van. Ennek következtében az érzelem keltés-, befogadás- felfogás-, kontrolláló idegek, kiterjedt érzelmeket produkálnak (Mező,2018:13).

A gyermek érzelmeit befolyásolja az élettani változások, amelyek vegetatív idegrendszer szimpatikus és paraszimpatikus ága szabályozza. A szimpatikus idegrendszer gyors változásokat okoz, amelyek felkészítik a szervezetet az azonnali válaszadásra. A paraszimpatikus rendszer a szimpatikus rendszer hatásait kiegészítve gondoskodik a szervezet állapotáról (Danis,2011:151). Az óvodáskorú gyermek minden napi életben során, a világról, és az emberekről alkotta gondoskodás szorosan összefonódik. A kognitív fejlődés befolyásolja a társas kapcsolatokat, viszont ezek attól is függenek, miképp értelmezi és értékeli más emberek cselekedeteit (Cole,1997:154). Egy egyszerű ábra segítségével megnézhetjük, hogy miként alakul az óvodás korú gyermek érzelmi világa (1.sz.melléklet). Ez a leegyszerűsített változat azt mutatja, hogyan kapcsolódnak a másodlagos érzelmek az elsődleges, alapvető érzelmekhez (Cole,1997:409). Egy adott eseményt során, a gyermek gyorsan felméri és eldönti, negatív vagy pozitív következményeit. Amit ez a jó, vagy rossz, döntés megszületett, egy másodlagos megtekintés és kiértékelés kiváltja az érzelmi reakciót. Az óvodába lépéskor, új érzelmeknek jelennek meg, amelyek a tipikus „én”, másokhoz való viszonyítást jelent (Cole,1997:156). A gyermekkel való interakció optimális fenntartásában a gondozó szenzitivitásának mértéke fontos tényező. A gondozó személyisége, mint a családban és szociális közösségben, erősen függ, saját gyermekkori tapasztalataitól, a jelenlegi élethelyzettől, a párkapcsolat minőségétől, valamint a gondozó pszichés állapotától (Danis,2011:147).

Az érzelmek egyik alapvető funkciója az emberi viszonyok kialakítása, összetartása és szabályozása. Az érzelmeknek két fő funkciójuk van. Az egyik az adott eseményre adott válasz, a másik a jövőbeli cselekedetekre vonatkozó szándék. Az érzelmeknek minidig alkalmazkodni kell, azonban a túlélést elősegítő válasz az a félelem. A félelemmel

kapcsolatos megfigyelés az, hogy bizonyos váratlan ingerek hatására félelem érzetet vált ki a gyermekből (N.Kollár,2017:228-230). A gyermekek félelme és viselkedése többnyire a felnőttektől látottak alapján alakul ki. Az ismert gyermekpszichológus Sigmund Freud úgy gondolta, hogy „a kisgyerekkori fóbiák esetében a gyerek egy külső tárgyra vetíti belső félelmét, amit elfogadhatatlan tudattalan impulzusok, bűntudat, a szülőkkal szembeni ellenséges indulatok miatt érez”(Vajda,2005:484). A családban történő változások nagyon megviselik a kisgyermek érzelmeit, akik következtében érzelmi és testi zavarok lépnek fel. Ilyen lehet neurózisok vagy ahogyan a felnőttek mondják „hisztériás rohamok”, ami legtöbbször a családi élet és a szülőkkal való kapcsolat zavara, érzelmi elutasítás van mögötte (Vajda,2005:488). Az agresszió fejlődését pontosan nehéz megfogalmazni. A gyermek viselkedésében általában, akkor következik be, ha gondolata középpontjában valamilyen bántalmat okozó cselekedet történik. Ide tartozik a csúfolódás is, amely az agresszió finom változata, amely egy másik gyermek megértését igényli. Az agresszivitás egyik oka lehet az, hogy új érzelmek jelennek meg, ilyen például az én tudat (Cole,1997:397). Az agresszió kifejezése való vágy lehet egy, birtoklást folytatott harc, majd tovább nő a verbális agresszió, a fenyegetés, a kötekedés és a sértegetés (Cole,1997:387).

1.1 Az érzelmi kifejezőmódok

Az érzelmek kifejezőmódja nagyban függ a gyermeket ért hatástól, ezáltal reagál rá a gyermek, ez lehet egy arckifejezés, boldogság, szomorúság, undor, düh, meglepődés és félelmet kifejező viselkedés. Az érzelemkifejezés hat az érzelmi élményre, amely számos kutatás szerint „az érzelmi kifejezés erősíti az érzelem élményét, a kifejezés elnyomása pedig csillapítja azt” (N.Kollár,2017:226-227). Az érzelmek kifejezésének módja, a gyermek életkori növekedésének következtében kiterjedtebbé válik, amit az 2.számú melléklet szemléltet, Cole és Cole (1997) nyomán (Mező,2018:5).

Salovey öt komponens révén áttekintést nyújt az érzelmek helyes kommunikációjához: Az első a tudatosság, vagyis tisztában vagyok saját érzelmeimmel. A második rész, az önállóság. Képes vagyok kezelni érzelmeim a stressz és konfliktus helyzetekben. A harmadik elem, az önmotiváció. Ha egy belső, pozitív érzelem hajt bennünket, akkor a teljesítményünk eredményes lesz. A negyedik a társas készségek. Képes vagyok a szociálisan együtt működni. Az ötödik elem, az empátia. Egyfajta képesség a másik ember érzelmeinek a megértése (Szarka,2018:6-7).

Az érzelmek kifejezésének jelei - pozitív, negatív - megértése a megfelelő megnyilvánulásuk határain. Az érzelmi szókincs kibővítése, az adott állapotnak megfelelő fogalmak elsajátítása, gazdagítása lehetővé teszi a gyermek számára az érzelmekkel kapcsolatos elképzelések erkölcsi jelentését, ösztönzi a független etikai megfontolásokat (N. Kollár,Szabó,2004:238). Az érzelmi szókincs fejlesztése szempontjából a pedagógiai munka elvégezhető mind a szavakkal, a különféle érzelmeket jelölő mondatokkal, a hangulati árnyalatokkal gazdagítva, mind pedig az érzelmi kifejezés fejlesztésével, az érzelmekkel kapcsolatos elképzelésekkel, mivel elnevezésük nélkül nem alakulhatnak ki (N. Kollár,Szabó,2004:226). A játékon és a játékos helyzeteken keresztül áramlanka szabadon az érzelmek, a biztonságra vágyó gyerek és az őt gondozó felnőttek között. A gyermek így tanul meg érzelmet adni és kapni, s ez érzelmileg igényessé teszi őt gondozó felnőtt között. A gyermekorvosi nagykönyvek mindig is leírták, hogy a kisgyermek alaphangulata: ha a testileg és lelkileg rendben van – derűs. Azaz „az endorfintermelés” megfelelő (Vekerdy,2001:18).

Érzelemszabályozásnak tekintjük azokat a viselkedésformákat, módszereket, használatával az érzelmek átélése és megnyilvánulása modulálható, azaz felerősíthető vagy legátolható (Danis,2011:146). Az érzelmeket és az érzéseket a gyermeknek sok esetben egyedül szabályozni nehéz. Ezért a gondozónak korlátozni kell a gyermekek negatív érzelmeinek formáját. A gyermek érzelmi szférájának korrekcióját kizárólag játékosan kell végrehajtani. A játékok segítségével nemcsak a memóriát, a figyelmet, a gondolkodást és a képzeletet fejlesztheti, hanem az érzelmi héjat is (N. Kollár,2017:249). Az óvodás korban alakul ki a büntudat, büszkeség, amely az életkori előrehaladás során, a nyelv, mint kommunikációs eszközt alkalmaz az adott érzelmi állapotra. Az érzelmek szabályozásának egyik fő üzenete, az érzelmi megértés, amit az következők alapján azonosít:

1. az érzelmi kifejezések felismerése
2. az érzelmek okainak és hatásainak megértése
3. az érzelmi szabályozás megértése
4. az érzelmek kulcsingerek azonosítását magukban és másokban
5. az összetett érzelmek megjelenítésének belátása (N.Kollár,2017:234).

A felnőttek nemcsak az adott pillanatban, közvetlen módon például megnyugtatóssal, társulnak hozzá a kisgyermek érzelemszabályozásához, hanem koordinálja azt a fejlődési folyamatot is, amelynek során kialakul, hogy a személy milyen érzelmeket hogyan él meg, ezek hogyan jelennek meg viselkedésben (Danis,2011:147). Az érzelmi reaktivitás és

érzelemszabályozás domináns funkciót tölt be a szociális kapcsolatokban és a szocio emocionális beilleszkedésben (N. Kollár,2017:227).

A kisgyermek kifejezőképességét nagyban befolyásolja a családi kommunikáció. Már a beszéd kialakulása előtt is kommunikál, és mivel akkor ezeket a nonverbális kifejezéseket használj fel. Ezek a nem nyelvi kifejezőeszközök érzelmi, hangulati tartalmat adnak vagy módosítanak (Bodonyi,2006:30). Előfordulhat, hogy a szülő szándékaink ellenére mást közöl a nem verbális csatornán, és a gyermek aszerint cselekszik, azt a közlést tartja igaznak. A kettősség tehát a szóbeli és a nem verbális kommunikáció kettősségét jelenti. A családban a gyermek súlyos konfliktushelyzetbe keveredik, ha folyamatosan egymásnak ellentmondó üzeneteket kap a nonverbális és a verbális csatornán. Fontos tehát, hogy a gyermek érzelmileg mindig egyformán kapja a családon belül a visszajelzést (Bodonyi,2006:31). Az szülőházi légkör hatásai nagymértékben eredményesek, a társadalmi szinthez mérten. Ha a család nem tudja kellő képen megtanítani a gyermek számára a közösségi élet fortélyait, azaz a másik emberhez való hozzá állást, az elfogadást, a jólelkűséget, a megajándékozás hajlamát, például: egy kedves gesztust, segítséget, cselekedetet. Ha a gyermek nem tudja ezeket az értékeket értékelni, akkor más közösségekben sem fogja jól érezni magát, nem tud igazán a közösség tagjává válni. Így a szülőknek tulajdonképpen az a feladatuk, hogy igazi életközösségben éljenek gyermekeikkel, de ugyanez a feladata a pedagógusoknak, nevelőknek is. A szülők és a pedagógusok számára tehát azonos a cél: a gyermeket nevelni, fejleszteni, önálló, értelmes emberré nevelni (Bognárné,20018:19).

II. AZ ÉRZELMI INTELLIGENCIA FOGALMA

Az érzelmi intelligencia fogalmát számos híres pszichológus kutatta és fogalmazta meg, azonban nem született közös definíció. Kezdetekben a pszicho metrikusok az intelligenciát úgy határozták meg, mint egy általános folyamat, amely különböző képességből, készségből áll. Sir F. Galton volt az első tudós, aki kísérletei eredményeként arra jutott, hogy az intelligencia örökletes, kivételes érzékelési és észlelési képesség (Ranschburg,2002:139).

William Stern német pszichológus és filozófus meghatározásában: „Intelligencia az egyének általános képessége, amellyel gondolkodását új irányba tudatosan beilleszti általános lelki alkalmazkodó képesség ez az élet új feladatai- és kívánalmaival szemben” (Ranschburg,1914:23). Stern értelmezésében azt jelenti, hogy cselekvéskor a már meglévő körülményekkel kapcsolatos dolgokra alapozunk. Az általános szó, pedig elválasztja az intelligenciát, és bizonyos egyoldalú képességet fejez ki. Az intelligencia ennek következtében az emlékezés, a figyelem, a felfogás, a fantázia, az ítéletalkotás stb. nem izolált lelki funkciók. Amikor tehát az intelligenciáról beszélünk, evidens, hogy az ismereteken keresztül, egy modulba foglalva, a lelki folyamatokon csoportosulnak és mennek végbe az érzelmek (Ranschburg,1914:22-23).

Az érzelmi intelligencia forrása a szociális intelligencia fogalmához irányít. Bar-On (1997) elképzelése szerint, az érzelmi intelligencia meghatározást leginkább a mentális képességek, kollektív kompetenciák, önálló faktorok együtteseként képezik, amely felkészíti ez egyént az őt ért környezeti hatásokra. Bar-On a Gardner féle origóból, úgy gondolta, hogy a társas- és érzelmi intelligencia, szoros alkotórészei egymásnak (Nagy,2010:27). Bar-On általa meghatározott érzelmi intelligencia tényezők, egymáshoz kapcsolódó kompetenciát, készséget magába foglal:

- Intrapersonális készségek (öntudat és önkifejezés): önbecsülés, érzelmi öntudat (saját érzelmeink megértése), magabiztosság (céltudatosság), függetlenség (egyéni érzelmek kialakítása), önmegvalósítás (a lehetséges célok megvalósítása).
- Interperszonális készségek (társadalmi tudatosság és az interakció): empatikusság, társadalmi felelősségvállalás, interperszonális kapcsolat
- A stressz kezelése: ösztönös késztetések irányítása (érzelmeink hatékony és építő jellegű kontrollálása)
- Alkalmazkodóképesség: valóságérzékelés (érzelmeink tesztelése), rugalmasság (a változásokkal való megküzdés), problémamegoldás
- Általános hangulat: optimizmus (pozitív kilátások észlelése), boldogság (Balázs,2020:9).

Az érzelmek, mint információ, megközelítés vezetett az érzelmi intelligencia fogalmának realizálásában, Salovey és Mayer (1990) meghatározásában „az érzelmi intelligencia magába foglalja a képességet saját és mások érzéseinek és érzelmeinek monitorozására, differenciálására és hasznosításukra a gondolkodás és a cselekvés szolgálatában.” (Mező,2018:48). Mayer (2003) kutatásában, az érzelmi intelligenciát négy képességcsoportra osztotta:

Az első az érzelmek észlelése, kifejezése, értékelése. Nem csak a saját érzelmi helyzetünk tudatosul bennünk, hanem hogy az átélt érzelmeket, ki is tudjuk fejezni.

A második az érzelmek beépítése a gondolkodásba, vagyis a kognitív folyamatokba való teljesülés.

A harmadik összetevő az érzelmek megértése, elemzésre és az érzelmi tudás felfogáshoz. Egy érzelmileg intelligens személy meg tudja nevezni milyen érzéseket él át.

A negyedik elem érzelmekkel a saját érzelmeink szabályozása, illetve az érzelmek kordában tartásának képessége (Zsuzsanna,2015:354).

Az érzelmi intelligencia iránt való kutatás egyre felkapottabb lett, Daniel Goleman: *Az érzelmi intelligencia* című könyve, sikerkönyve révén. Goleman könyvébe számos kutatásból kiderült, hogy nem csak a velünk született képességink vannak, vagyis nem csak az IQ-n, értelmi intelligencián múlik minden, hanem az EQ-n, vagyis az emocionális quotiensen, azaz az érzelmi intelligencián. Goleman újra definiálta az érzelmi intelligencia fogalmát, időszerű meghatározásba helyezte az érzelmek kezelését, új alkotóelemként bevezette az én tudatosság, a szorongáskezelés, az elismerés és az élmény komponenseket (Nagy,2010:27). A Salovey-Mayer modelljét egészítette ki egy ötödik összetevővel, az egyéni hatékonysággal, később 1998-ban az érzelmi intelligencia tárgykörét újragondolva, négy csoportba osztotta. A négy csoportosításban kettő a szociális, kettő a személyes képességekre vonatkozik. Goleman modelljében megjelölte az alapvető képességeket:

- én tudatosság: tudom, mit érzek
- önszabályozás: kontrollálom érzéseimet
- kapcsolat irányító képesség: mások érzelmeinek befolyásolása
- társas készség: mások érzelmeinek értelmezése és beazonosítása (Goleman,1997,:0).

Goleman újragondolt nézőpontja, szélesebb értelemben tudjuk elemezni az érzelmi intelligencia fogalmát. Könyvében pedig rávilágít arra, hogy mennyire fontos az érzelmi intelligencia fejlesztése önmagunkba, ami elengedetlenül hozzájárul az egyén szociális kapcsolatának kialakítására (Balázs,2020:196). Maga az intelligencia a latin: intellego – vagyis megismer, megragad megért – szóból származik. A 20. század elején egy olyan

tesztet dolgoztak ki, amellyel lehetővé tették az érzelmi intelligencia mérését (Magyar nagylexikon,1999:893).

Az érzelmi intelligencia szerepe végeredményben az, hogy a személy születésétől kezdve, az alap érzelmekre épülve, a gondozó személyiségén keresztül, képes legyen elsajátítani saját és mások érzelminek felismerését, képesek legyünk segíteni és megérteni a másik fél érzelmeit. Ezek a képességek az óvodás-, iskolás-, felnőttkorban elengedhetlenné válnak a személy életében, a konfliktuskezelés, együttműködés, empátia, teljesítmény, valamint a későbbi mintaadásban, a szülővé váláskor (Balázs,2020:196).

2.1 A családi nevelés hatása az érzelmi intelligencia kialakulására és fejlődésére

A családi kapcsolat alapja a házasság, illetve a szülő-gyermek viszony. Amikor a férj és feleség családot alapít, vagyis gyermekük születik, sok esetben drámai változást okoz a házastársak, eddig jól működő kapcsolatában. A gyermeknevelés olyan közös vállalkozás, amelynek legfontosabb eszközei a kommunikáció, a megértés, a szeretet, valamint a kompromisszum (Gary,2011:13).

Gay Chapman világhírű párkapcsolati szakértő, saját kutatási alapján, a szeretet öt nyelvét fogalmazta meg:

Az első az elismerő szavak. Amikor a gyermek valamilyen területen sikerélményt szerez, fontos, a szeretet verbális kifejezése. A gyermek szorong, pontosan nem tudja, miként kezelje ezt az érzést, így a szülők feladata, hogy szavakkal bátorítsák, erősítsék.

A második szeretet nyelv a szívesség. A szülőnek valami olyan tevékenységben segít, amit a gyermek önállóan még nem tud megtenni. Például megtaníttjuk biciklizni, úszni, vagy megjavítjuk kedvenc babáját, aminek kitört a végtajga.

A harmadik érzelmi kifejezés az ajándékozás. Az egész Földön ismert ez a leggyakoribb szeretetre való kifejezésmód. Ez nem feltétlenül azt jelenti, hogy drága ajándékokkal halmozzuk el csemeténket, hanem egyszerű a szeretet kimutatására való gesztus.

A negyedik szeretetnyelv a minőségi idő. Ez az idő a gyermek és szülő közötti egységes odafigyelés, teljes felszabadult érzelmi állapot. Ez lehet egy közös társas játék, mese olvasás.

Az ötödik érzelmi kifejezés a testi érintés. Mivel a gyermek már születés után, testi és lelki biztonságra van szüksége, ezért támogassuk őt öleléssel, puszival, közös játékokkal. A szülőnek tehát tudnia kell ezeknek a kifejezésmódok alkalmazását a gyermek nevelésében. Szinte minden gyermek rendelkezik, egy elsődleges szeretet nyelvvel az öt közül. Ezek az

egyszerű, ámde kedvező érzelmi kifejezőmódok folytán, a szülők egyértelműen ki tudják fejezni szeretetüket gyermekük iránt (Gary,2011:51-54).

Az így létrejött család, életünk legösszetartóbb csapataként működik. Ez a közösség segíti a gyermek személyiségének formálódását, a felnőttek és a gyermek életében is. A legrégebbi és legfontosabb nevelési szintérnek napjainkban a családot értjük. Mind emellett, a család egy olyan támogató funkciót is betölt, mely érzelmi, önértékelést is magában foglalja. A családtagok útmutatást adnak egymásnak, érzelmi támogatást, odafigyelnek egymásra, véleményezik egymás viselkedéseit, így alkotnak egységet (N. Kollár,2004:74-75).

A gyermek születésétől kezdve meghatározó szerepe van az anya-gyermek közötti, kiegyensúlyozott érzelmi kapcsolat kialakítása. A testi és lelki értelemben vett gondoskodás megfelelése, az életkor változásával nélkülözhetetlen. Donald Winnicott (1953) pszichoanalitikus vezette be a gondoskodó környezet, és elég jó anya fogalmát. Ezt azt hangsúlyozta, hogy a szülők az egyénre mért gondoskodás, ne legyen túl szigorú,de túlzottan engedékeny sem. Az elég jó anya fogalma, magába foglalja a gyermeket gondozó személyeket (N. Kollár,2017:142).

A biztonságosan kötődő gyermekek képesek pozitív, negatív és semleges érzelmek kifejezésére, és ezeknek a helyzethez odailló alkalmazására. Az elsődleges érzelmekre épülő többdimenziós érzelmek, például az irigység, vagy az empátia megjelenése, csak a második életév végére alakul ki teljesen. Két és három éves korban felszínre tör, az én-tudatos érzelmek (szégyen, büntudat, büszkeség), melyek a normák, szabályok elsajátításának és megtartásának motiválja a gyermeket. Ez viszont már függ az érzelmek megkülönböztetésének képességétől, az érzelem megértésének képességétől és az érzelemszabályozástól is (Mező,2018:50).

Mahler és társai 1993-ban vizsgálatokat végeztek, a korai szülő-gyermek kapcsolatokban, megvizsgálták az újszülött érzelmi, lelki fejlődését. A vizsgálat eredményeképpen az érzelmi fejlődés négy szakaszát különítették el:

1. Autisztikus fázis (születéstől pár hetes korig). Jellemzően alszanak, táplálkoznak.
2. Szimbiotikus fázis (pár hetes kortól, az ötödik hónapig). Az anya-gyermek kapcsolat legszorosabb időszak, a testi érintkezés, ölelés.
3. Szeparáció-individualizáció fázis (fél éves kortól, három éves korig). Ebben az időszakban, a gyerek már maga szeretné eldönteni, hogy kivel lép kapcsolatba.
4. Az individualitás konszolidációja fázis (három éves kor). Ebben a korszakban a gyermek ismerteket szerez a családban látottak alapján. A gyermeket ért nevelési hatások meghatározhatják a felnőttkori érzelmi kapcsolatokat (Mező,2018:53-54).

III.AZ ÉRZELMI INTELLIGENCIA FEJLESZTÉS ÓVODÁSKORBAN

Manapság az emberek azt hiszik az óvodáskorú gyermekről, hogy ugyanúgy gondolkodik, érez, cselekszik, mint a felnőtt, csak még kicsi és butácska. De valójában ez nem így van. Sok tudásra, tapasztalat szerzésre van szüksége ahhoz, hogy mire iskoláskorba lép, rendelkezzen az alapvető értelmi, érzelmi tudással, s majd ezt fokozza az iskolában (Ranschburg,2002:161). De vajon hogyan adhatjuk át az érzelmi intelligenciát a gyermekeinek? Úgy gondolom, hogy már magzati kortól, aztán újszülött és csecsemőkorban, adjuk meg gyermekünk számára az érzelmi biztonságot, amit csak a testi- lelki értelemben vett szeretetkapcsolatban adható át (Vekerdy,2001:13).

Mivel az érzelmi intelligencia tanulható és tanítható, ezért az érzelmi nevelés elsősorban a családban kezdődik. Az érzelmi intelligencia kialakulásának legfontosabb eleme az empátia. Ezt a gyermek csak akkor értheti meg, és akkor válik igazán érzelmileg intelligensé, ha a családi és óvodai környezetben, érzelmileg kiegyensúlyozott (Kádár,2012:7).

Míg a hároméves gyermek alaptudását a család alakítja, már négyéves kortól együttesen az intézményes neveléssel egybekötött megszokott környezet biztosítja. Az érzelmi intelligencia fejlesztéséhez, a pedagógusnak is rendelkeznie kell bizonyos érzelmi kompetenciákkal (Ranschburg,2002:165).

Az óvodáskor végére a gyermekek érzelmi világa is jelentős fejlődésen megy át. Nő az önuralma, képes a vágyait kontrollálni. A motivációi egyre fontosabbá válik, így nő a teljesítés vágya, az elvárásnak való megfelelés. Bizonyos feladatokat már önállóan is meg tud oldani, élvezzi a kihívásokat, kialakul a feladattudata. A gyermek az óvodás korában egyre inkább megtanul eligazodni a társas világban, megtanul az elvárásokhoz alkalmazkodni, vagyis szociálisan éretté válik az iskolára. Ez az előfeltétele annak, hogy a közösségben oktatható és nevelhető legyen, hiszen a tanító bár optimális esetben differenciált módon, de nem egyenként tanít, hanem egy egész osztályt tanítja. Az esetek többségében az iskolára való éretlenséget nem az értelmi képességek gyengébb fejlettsége okozza, hanem a sokkal komplexebb érzelmi-szociális éretlenség. Az iskolaérettség szabályozási készségként is értelmezhető. Az önszabályozás szintje ugyanolyan jó előrejelzője az iskolai sikernek, mint az intelligencia (Danis,2011:141).

A gyermek könnyű alkalmazkodása az óvodai nevelésben és az iskolai tanulásra érett legyen, testileg, értelmileg és érzelmileg – tehát biológiai és pszichológiai szempontból egyaránt egész személyiségében – egészségesnek és életkorának megfelelően fejlettnak kell lennie. A gyermekek többsége a természetes fejlődés során magától jut el az iskolaérettségig, de ehhez elengedhetetlenek a tanulást ösztönző környezet és a gyermekekre figyelő, támogató

személyek. A gyerekek általában 5 és 7 éves koruk között lesznek „iskolaérettek”, de több (biológiai és környezeti) okból adódóan nagyok az egyéni különbségek. Éppen ezért számos dilemma fogalmazódik meg manapság az iskolaérettség kérdéséről, és sokan úgy vélik, hogy az iskolai sikeresség a fogadó iskolán legalább annyira múlik, mint a gyermekek jellemzőin (Danis,2011:139).

3.1 Az óvodás érzelmi intelligenciájának fejlesztő eszközei

Az óvodáskorú gyermek érzelmi intelligenciáját tudatosan kell építeni és fejleszteni, a családon belül és az óvodában. Ezáltal tudjuk segíteni őt érzelmeinek felismerésével, kifejezésével, az empátia, önbizalom, önértékelés és az együttműködés, konfliktuskezelés fejlesztésével. A fejlesztésnek különböző lehetőségei vannak, amelyeket a gyermek egyéneire szabva érhetünk el. Az érzelmileg biztonságban történő, nyugodt, barátságos légkör, egyik alapfeltétele, az óvodai nevelés során a gyermek érzelmi intelligenciájának fejlesztésében (Kádár,2012:108). Kora gyermekkorban azonban a fejlesztés során, figyelembe kell venni néhány olyan életkori sajátosságot, amely az óvodáskorú gyermek alapjellemezője:

1. A gyermekek érzelmei ebben az életkorban igencsak nagy erősséggel mutatkozik meg.
2. A gyermekek érzelmei könnyen változnak, átélésének időtartama is rövidebb.
3. A gyermekek érzelmei állapotaik, az egész szervezetre kihatnak.
4. Az érzelmeik kiváltó oka gyakran a vágyak okozta feszültség, melyek szükségletet generálnak. Ezek arra készítetik a gyermeket, hogy minél hamarabb megkapják azt, amire épp szükségük van.
5. Az érzelmeik uralkodó szerepet töltenek be a gyermek minden más kognitív funkció felett (Mező,2018:55).

A gyermek nevelése nem mindig volt ilyen egyértelmű és elengedhetetlen, mint napjainkban. A nevelés mindig a kölcsönösségen alapul, amelynek meghatározó szerepe van a pedagógus személyének. A gyermek érzelmi nevelésével különösképpen 1907-ben, Maria Montessori megnyitotta a „Kisgyermek háza” intézményt, amely a két világháború közötti időszakban nagy népszerűségnek örvendett. Alapelve, a gyermek szabad cselekvése, voltaképpen a nevelő csak a tevékenységet megfigyelve, egyénre szabott szolgálatot végez (Kádár,2012:211-213).

Az egészséges érzelmi intelligencia fejlesztő eszközei óvodáskorban:

1. *Minta és példaadás.* A szülő és óvodapedagógus példája elengedhetetlen az érzelem kifejezés megtanulásában. Előnyös, ha a szülők mintát adva fejezik ki érzéseiket. Az

érzelmeik tudatos kifejezésével ösztönözzük arra a gyermeket, hogy merje kimutatni az érzelmeit, ezáltal érzelmeit választékos módon tudja kifejezni. Az utánzás kulcsfontosságú lehet.

2. *Beszélgetés*, verbális és nonverbális kifejezés. Bizonyos helyzetekben, nem elegendő az, ha a szülő vagy óvodapedagógus csak úgy mondja a gyermeknek, hogy „ügyes vagy”, sokkal több érzelmi biztonságot ad, ha azt mondja helyette, hogy „olyan boldoggá tesz, hogy látom, hogy egyre ügyesebb vagy”. Hiszen a kifejező magyarázat, segíti megtanulni a gyermekeknek, az érzéseik megfogalmazását.

3. *Lehetőség biztosítása* az érzelmeik önálló kialakítására: vagyis, hagyjuk, hogy gyermekünk nevezze meg, mit érez, ne a szülő. Karyn Purvis nevéhez fűződik az *érzelem mutató* kifejezés, amely a színek segítségével könnyedén megtaníthatjuk gyermeknek, hogy figyeljen oda saját érzelmi szükségleteire. A következő színeket az óvodai nevelésben, könnyedén elkészíthető úgy, hogy a gyermek bármikor könnyen hozzáférjen:

- Zöld: nyugodt, kiegyensúlyozott vagyok, minden rendben!

- Kék: szomorú, fáradt, álmos, letört vagyok, valószínűleg valamilyen aktivitásra, esetleg evésre-ivásra van szükségem.

Piros: túlpörgött, mérges, dühös, feszült vagyok, valószínűleg megnyugtatóra, lecsendesedésre van szükségem.

4. *Meghallgatás és megértés*. Az érzések feldolgozása és Faber és Mazlish (2016) négy jelenetben ajánlott a megfigyelés:

Az első, a gyermek csendes meghallgatása. A második, elfogadni a gyermek érzéseit és kimutatni együttérző szavakkal. A harmadik, az érzések megnevezése. Például: „Értem, ez bosszantó lehet...”. A negyedik modul, a kívánságok képzeletbeli teljesítése. Például: „Ha rajtam múlna, hogy ez megoldódjon...” (Mező:2018:56-57).

5. *Gondolkodásmód fejlődése*. A Dweck-féle (2015) „growth mindset” gondolkodásmód a gyermekek nevelésében elsődleges. A növekedési gondolkodásmód szerint, nem a gyermek jelen képességeinek megítélésére kell koncentrálni, hanem a fejlődés lehetőségére. Nem azt kell értékelni, amit nem tud a gyermek, hanem a tudás lehetőségének mikéntjét kell keresni benne. A „nem tud valamit” gondolkodást át kell váltani a „még nem tudja” gondolkodásmódra.

Ha valóban fejleszteni szeretnénk az óvodáskorú gyermek intelligenciáját, fontos tudni a gondozó személynek ismerni kell, a metakogníció, azaz a kognitív tudás folyamatát, vagyis a figyelem, emlékezet, gondolkodás alakulását. A kognitív képességek rendszerében, az emlékezet és a gondolkodás szoros összeköttetésben fejlődik. A kis óvodás

gondolkodásában kulcsfontosságú állomás, amikor képes megérteni a másik személy vélekedésének gondolkodását. Ezen képesség Wimmer és Perner (1983) feltérképezésében valósult meg (Danis,2011:262).

Az óvodáskorú gyermek estében ezek javarészt csak négy-öt éves korban kezdenek tudatosulni leginkább, amikor már tudnak mesélni magukról. Azt viszont már tudják, hogy a zaj akadályozza az emlékezetet, avagy a régen történt dolgokra nehéz visszaemlékezni. Következtetés képen az óvodáskorú gyermek a saját tudásáról, az egyéni képességek lehetőségeiről és hatáiról megjelenő első sejtéseit, az óvodáskori intelligencia, egyik legfontosabb eleme (Ranschburg,2002:167). Hinni kell abba, hogy valahogy minden lehetséges és ez a szemléletmód biztosítja azt, hogy a gyermek is higgyen a lehetőségeiben. Így válik képessé a gondolatai, érzései szabad és bátor kifejezésére, az önálló személyiségének kibontakoztatására (Mező,2018:57).

6. *Mese, mesélés:* a mesélés az érzelem közvetítés egyik ősi eszköze. A meséken keresztüli nevelés az érzelmeken túl egyéb kognitív és non-kognitív képességek fejlődésének színtere (Mező,2018,57). A családon belül fontos, hogy a szülő meséljen, meséket olvasson a gyermeknek. De miért is? A gyermek, sokszor érez olyan érzéseket, amiket még nem tud irányítani, de mesén keresztül megtanulja, hogyan kell. A mese pontosan a gyermek lelki világát testesíti meg, segít szétválasztani egymásnak ellentmondó érzéseit. A mese által a gyermek megtanulja, hogy minden érzése a személyiségének része, és azt is, hogy ezek szabályozhatók, és irányíthatók. A mesék tehát, tartalommal tele jutnak el a gyermek, szellemi, lelki, érzelmeihez. Egy jó mese komolyan veszi a nehézségeket, nem ad tanácsot, nem oktat ki, hanem jelképesen nyújt megoldást a gyermek problémáira úgy, hogy az érzelmi fejlettségének szintjén fejt ki a hatását, megmozgatva a gyermek képzeletét és érzelmeit, segítve őt a félelmei és vágyai megnyugtatóban (Kádár, 2012:55-56).

Maga a mese az élménymegosztás szerepét tölti be az érzelmi intelligencia fejlesztésében. A különböző mese fajták, más-más érzelmi állapot megértésére adnak választ.

A tréfás, vagy csali mese, a szülőnek és az óvodapedagógusnak is tájékoztatást arról, hogy a gyermek humora, beszéd- és gondolkodás fejlődése optimális-e.

A tündérmesék csoportjában érvényesül a csoda elem, ami nem minden esetben ad realiztikus képet. Ennek hatása a kisgyermekre, a belső feszültség feloldása.

Az állatmesék karekeit, sokszor saját magunkat takarnak. Ezek a mesék tanító jellegűek, ami lehet erkölcsi, érzelmi, szociális tanulság vonható le (Danis,2011:286).

A mese tehát, segít a lelki egyensúly építésében, megtartásában azáltal, hogy nevének nevezi és kifejezi azokat az érzelmeket, amelyek fontosak a fejlődésünk folyamatában.

Komolyan veszi a sikertelenségtől, kudarcától, haláltól és a megpróbáltatásoktól való félelmünket, és azt is, hogy fontos számunkra a szeretet, a kötődés, az, hogy valahova, valakihez tartozzunk. A mesében a személyiségfejlődés különböző állomásai jelennek meg, a próbatételek valójában életpróbákról, életfeladatokról szólnak (Kádár, 2012:59).

A mese érzelmi hatásának kiváltásához a mesélőnek is át kell élni szerepét. A gesztusok, a testtartás, a mimika elősegítik a hallgató befelé fordulását, empátiája és képzelőereje aktiválását. A mese olvasása testi-lelki örömet okoz, amely tovább mélyíti az érzelmi részvételt egy történetben. A szereplőkkel való érzelmi azonosulás, fokozott testi hatással lesz. Napjainkban az elektronikus mese, egyre elterjedtebb. Nagyon sok szülő pozitív véleménnyel számol be, mivel elvonja a gyermek figyelmét. A szakemberek álláspontja szerint, a televízióban látott agresszív tartalmak is félelmet keltenek a gyermekben, amitől szorongás alakul ki. Ezzel szemben a meseolvasás során, fejlődik a gyermek fantáziája, gondolkodás logikája, érzelmi intelligenciája, képzelő ereje, így ő egyedül alkotja a karaktereket (Vekerdy,2001:46-48).

Az olyan családban, ahol az érzelmi intelligencia fejlesztése során, minél több mesét halott a gyermek, könnyebben fogja segíteni őt, akár az óvodai beilleszkedés, viselkedés, érzelmi megnyilvánulások kontrollálásában, félelmei legyőzésében. De nem elég, hogy a gyermek egy-egy problémás érzelmi megnyilvánulás során, a megfelelő mesét halja a szülőtől, amit útmutatást ad neki, hogy mit is kell csinálnia. A sok összehasonlítás és kioktatás talán pont azt erősíti a gyermekben, hogy képtelen megfelelni, azt éli meg, hogy elégedetlenek vele. Ilyen esetben, hagyjunk, a gyermek saját maga meséljen, öngyógyító történeteket, amik segítik őt az érzelmi intelligencia kibontakozásában (Kádár, 2012:61-62).

7. *Dramatizálás.* A különböző mesék, eltérő érzelmi ingert váltanak ki az egyénből. A fantázia és gyermek kifejezőképessége révén, saját elképzelt történeteket is szívesen játszanak el. Ezek az alkalmak lehetőséget adnak az érzelmek megjelenítésére és feldolgozására. A mese például lehetőséget ad a félelem megélésére és feloldására. Bábokkal akár mi is eljátszhatunk a gyerekeknek különböző szituációkat, amelyekben egy adott érzelem jelenik meg.

8. *Bábjáték.* A 21. század gyermekei, az egyre kevesebb családi időt töltve együtt, viszont több szociális inger éri. Mint a szülőnek és óvodapedagógusnak, együttműködve, kell fejleszteni a gyermek személyiségének harmonikus kialakulását. Mindebben hatalmas segítőtársai a gyermeknek a játék és a mese, valamint a kettőnek az összekapcsolása: a báb. Azokat az érzelmeket, amelyeknek pozitív erkölcsi tartalmuk van (tisztelet, bátorság, szeretet stb.) erkölcsi érzelmeknek nevezzük. A bábjáték a gyermek számára az érzelmek

elősegítése, befogadás és megértésére, érzékelteti oly módon, hogy cselekményes megjelenítéssel mutatja be. Így tehát a bábozás segít megérteni az érzelmek megnevezésének fogalmát. Ha a bábozás csoportos formában történik, a gyermek társas ösztöne leplezetlen és természetes formában, játék közben jut kifejezésre. Felszínre juthat a rejtett agresszió, a fokozott ingerlékenység, a hatalmaskodás, a szeszélyesség, az ellenségeskedés is. Ebben viszont kiéli magát, és jobban megérti érzelmeit, valamit kontrollálni tudja azokat. (Domány,2001:12-13).

9. *Játéktevékenység.* Maga játék a legalapvetőbb tevékenység, amely segíti a gyerekeket az érzelmeik feldolgozásában, ami megvalósulhat bármilyen szinten. A játéktevékenység a gyermek számára a játéktárgy, a játszást a fejlődés előrehaladtával, hozzájárul a világról kialakított világképéhez. A változatos játékformák, jótékony hatást gyakorolnak a gyermek érzelmi-értelmi fejlődésére, ami egyben viselkedés mintákat kölcsönöz az óvodáskorúnak. Magát a játék fogalmának meghatározására, csak bizonyos mértékekben született definíció. Ilyen lehet a játék, mint: cselekvés, tárgyi (játékeszközök), játszma (szabályjáték) (Danis,2011:272-273).

Winnicott (1953/1999) a játékkal kapcsolatos megfogalmazása a tárgyi, tevékenységekre irányul. Létrehozva azt a relatív fogalmat, miszerint a nevelő egyfajta tükörként funkcionál. A játék során körpontosan fontos a személyes lelki, érzelmi, tapasztalat kölcsönadása (Danis, 2011:294).

Az elsődleges szocializációs szintér a család. Gary Chapman (2011) öt szeretet nyelvében megfogalmazódott a minőségi idő definíciója. Vagyis a gyermeknevelés során, a minőségi idő lehet, a közös felszabadult játék öröme. Ide sorolhatunk olyan játéktevékenységeket és pozitív érzelmi behatásokat, amelyek hozzájárulnak az érzelmi intelligencia, családban történő fejlesztéséhez (Gary,2011:53).

Az intézményes nevelésben biztosítani kell a szabad játék és a mesélés feltételeit. Az óvodapedagógus a mindennapi foglalkozások során, rendszeresen alkalmaz, népi, mozgásos, szabály, szerep és egyéb játékokat. Ezek a játék cselekvések mind, hatnak az érzelmi, és érzelmi intelligencia fejlődésére. A kezdeti utánzó játékok felismerését és tudatosítását szolgálhatják, majd később a szerepjátékok visznek közelebb az érzelmek megértésében és kifejezésében (Vekerdy,2001:18-19).

10. *Alkotás.* Az önkifejezés leghatékonyabb tevékenységi formája az óvodás gyermek érzelmi intelligenciájának fejlődésében. Nélkülözhetetlen funkció a képzelet, gondolkodás, téri tájékozódás, finom motorika, később a tudatos alkotás boldogság érzetének

fejlődésében. Az kisgyermek negyedik-ötödik életéve között intenzíven fejlődő kognitív képességei, megnyilvánulnak alkotásokban (Danis,2011:288).

A vizuális képességek rendszere alkotó és befogadó tehetséget mutató egység. A képi nyelv kialakulásának első, alapvető korszak a firválás. Fontosságára, az 1970-es években figyelt fel Szakácsné Vida (1982), aki tered adott a szabad, kötetlen eszközök alkalmazásával a firválás, mint szabad kifejezési mód. A rajzfejlődés óvodáskorban, a firválástól a formáig való eljutást jelenti. A rajzolás célja nem a leképezés, hanem a kifejezés. (Gerő, 2015:280). A gyermek az rajzolás vagy firválás közben a rajzokhoz lassan cselekvést képező történetek is társulnak. Tehát próbál valamit leképezni, de a saját tehetsége révén valósul csak meg (Cole M,1997:368).

A gyermek három-négy éves korában, megjelennek az úgynevezett minták, és az aránytalanság. A rajzokhoz érzelmileg gazdag fantáziakör társul. Az ötödik-hatodik életévben egyre fokozódik a valósághű ábrázolásmód. A gyerek a valóságnak megfelelően rajzol, de nem úgy rajzolja a dolgokat, ahogyan látja őket, hanem azt, amit tud róluk. A gyermek érzelmeit egy meghatározott tárgyban jeleníti meg. A tárgyak színét, nagyságát, egymáshoz való viszonyait nem a valóság, hanem a gyermeki érzelmek – és fantáziavilág szabja meg. A fontosabb családtag háromszor olyan nagy, mint a kevésbé fontos (Gerő, 2015: 291).

11. *Fizikai aktivitás.* A düh, agresszió levezetése. Sigmund Freud utalása szerint, a gyermek születésétől fogva, társas folyamatot megy keresztül. Az egyik a szocializáció, amikor a gyermek egyszerre kerül be nagyobb társaságba, így megtanulja társadalom értékeit, normáit. A másik oldal, a személyiség fejlődése, amely által kialakul egyéni érzésvilága. Az óvodáskorú gyermek személyiségfejlődése során, talán a legfontosabb az énképről alkotott tényező, amely szoros összeköttetésben áll az érzelmekkel. Amikor tehát a gyermek átél egy ingert, az ő énképe és érzelmei döntenek el, milyen érzelmi reakciót váltson ki belőle (Cole.M,1997, 376).

3.2 Az óvodapedagógus szerepe az EQ nevelésében

Az érzelmi intelligencia meglehetősen nélkülözhetetlen a kiegyensúlyozott, boldog élethez, mégis méltatlanul kevés figyelmet kap a mai oktatási rendszerben. Szülőként és pedagógusként is rendkívül fontos feladatunk, hogy a gyerekeket megtanítsuk érzelmeik felismerésére, kezelésére, hogy képesek legyenek örömteli kapcsolatok kialakítására, mélyebb önismeretre, feszültségeik oldására, ezáltal felnőve egy elégedettebb, szeretetben

teljes élet kialakítására. Ehhez azonban önmagunknak is ezeknek a képességeknek a birtokában kell lennünk. Az érzelmi intelligencia képesség felismerése, az óvodapedagógus részéről:

- Az érzelmek ismerete: képes vagyok beazonosítani és megnevezni saját érzelmi állapotomat.
- Az érzelmek kezelése: képes vagyok érzelmeim kezelésére, kontrollálni tudom azokat.
- Empátia: képes vagyok mások érzelmeinek felismerésére.
- Kapcsolatteremtés, a kapcsolatok kezelése: képes vagyok kölcsönös elégedettséget és örömet adó kapcsolatok megteremtésére és fenntartására (Kádár, 2012:77).

Az óvodai nevelés során, amikor a gyerek át él valamilyen intenzív érzelmet, az óvodapedagógus feladata, hogy segítséget nyújtson megnevezni az adott érzést, majd javasoljon nekik egy olyan cselekvést, amitől várhatóan jobban érzik majd magukat. Ilyen helyzetekben hasznos lehet valamilyen fizikai aktivitás, például düh esetén egy bokszsás párna püfölése, esetleg egy nyugi-sarok, ahol senki nem zavarhatja meg az ott pihenő gyereket. Néhány alapszabályt azonban tudnia kell az óvodapedagógusnak:

- Bármilyen érzelmi állapotban vagyunk, nem szabad bántani egymást – sem fizikailag, sem szavakkal.
- Napi rutinként alkalmazhatunk, stressz levezetésként, hogy veszünk pár mély levegőt, akár a gyerekekkel együtt.
- Segítsünk kifejezni, mit érez a gyermek, és miért.
- Feltétlenül nyugtassuk meg a gyermeket, ha valamilyen negatív érzelmi esemény történt, ne hagyjuk magukra őket.

Az óvodapedagógusnak tehát ismerni kell, néhány módszert arra, hogy hogyan segítse megtalálni és kontrollálni a gyermek érzelmeit, ezáltal őt intelligensebbé tenni (Szarka,2018:13-14). A gondozó személy szenzitivitása egyfajta hatást gyakorol a gyermekek való együttlét során. A szenzitivitás mértéke azt jelenti, hogy egy gondozó személy milyen szinten képes reagálni a gyermek érzelmi állapotára. Az érzékenység fogalmának meghatározásában, négy összetevőből áll: az első, a gyermek jelzéseinek észlelése, vagyis, a gondozó jelzi, hogy készen áll arra, hogy reagáljon. A második, a jelzések megfelelő értelmezése. A harmadik, a jelzésekre adott, alkalmas gondozói reakció. A negyedik, amikor a gondozó időben és gyorsan reflektál (Danis, 2011:220).

Mivel az óvodáskorú gyermekek személyiségében az érzelmek dominálnak. Saját vágyaik vezérik őket, életkorukból adódóan még nem tudják más nézőpontját megérteni.

Óvodáskorban az érzelmek felismerése és megnevezése lehet az első lépcsőfok a megfelelő érzelmi intelligencia kialakításához. Az érzelmek kezelése egy óvodás korú kisgyermek számára még nehéz feladat, életkorukból adódóan kisóvodás korban nem is képesek rá. Az óvodás évek vége felé azonban már adhatunk számukra némi támpontot, ötletet arra, hogyan tudják érzelmeiket kontrollálni, megfelelő mederbe terelni – eleinte ehhez mindenképpen igénylik a mi segítségünket. Ahogyan az érzelmek megnevezésénél is segítség lehet a gyerekek számára, ha hallják a felnőttektől a különböző érzelmi állapotok megnevezését (“Most dühös vagyok... boldog vagyok”stb.), szintén fontos támpontot és példát adhat számukra, ha azt is hozzátesszük, ilyenkor mit csinálunk (Sarka, 2018:4).

VI. ÉRZELMI INTELLIGENCIA FEJLESZTÉS VIZSGÁLAT A KÁRPÁTALJAI MAGYAR ÓVODAI NEVLÉSBEN

Érzelmi intelligencia fejlesztés vizsgálatot végeztem, a kárpátaljai magyar tannyelvű óvodákban dolgozó óvodapedagógusokkal. Ez a vizsgálat online kérdőíves formában valósult meg. A kérdőívet harminc kárpátaljai magyar nyelvű óvodában dolgozó óvodapedagógus töltötte ki. A kérdőív összesen húsz, nyílt és zárt kérdéseket tartalmaz (3.sz.melléklet). A válaszlehetőség volt több válasz jelölésére is.

Szakdolgozatom célja, hogy feltérképezem a kárpátaljai magyar nyelvű óvodákban dolgozó óvodapedagógusokat, hogyan értelmezik az óvodás gyermek érzelmi intelligencia fejlesztését, elegendő figyelmet, módszereket és eszközöket alkalmaznak az óvodai nevelés során, a gyermekek érzelmi intelligenciájának fejlesztése érdekében.

Vizsgálatom eredményei alapján, szeretnék választ kapni az alábbi hipotézisekről.

Első hipotézis: a Kárpátaljai magyar óvodákban dolgozó óvónők, fontosnak tartja az érzelmi intelligencia fejlesztését.

Második hipotézis: a Kárpátaljai magyar óvodákban dolgozó óvodapedagógusok, a gyermek érzelmi intelligencia fejlesztésének eszközeként a mesét részesítik-e előnyben.

Harmadik hipotézis: a Kárpátaljai magyar óvodapedagógusok kommunikációja a gyerekekkel, az érzelmi intelligencia fejlesztésének jegyében zajlik, vagyis intenzíven használják a szeretet nyelvét.

4.1 Az érzelmi intelligencia fejlesztés az óvodai nevelésben kérdőív elemzése

1. *Az Ön életkora?- a kérdésre adott válaszok életkor szerinti eloszlása:*

18-25 éves	26-35 éves	36-45 éves	46-55 éves	56-65 éves
7	14	4	3	2

A válaszadók többsége, 26- 35 év közötti óvodapedagógus.

2. *Milyen szintű végzettsége van? – kérdésre adott válaszok végzettségük szerinti eloszlása:*

Ifjú szakember (Molodsijszpecialiszt)	Bsc (Bachelor)	Szakképesítés (Szpecialist)	Msc (Magister)
9	16	2	3

Az válaszoltak végzettségük szerint, rendelkezik szakirányú alapidiploma Bsc -vel (16).

3. *Hány éve dolgozik Óvónőként? – kérdésre adott válaszok eloszlása:*

1-5 éve	6-10 éve	11-15 éve	16-20 éve	21-30 éve	31-45 éve
12	6	5	3	1	3

A válaszoltak többsége, 1-10 év között dolgozik a szakmában.

4. Ön, melyik településen dolgozik óvónőként? - kérdésre adott válaszok eloszlása:

Nº	A település neve	Válaszadók száma
1	Tiszaásvány	4
2	Palágykomoróc	3
3	Eszeny	3
4	Beregszász	4
5	Zápszony	3
6	Nagydobrony	2
7	Csongor	1
8	Nagygejőc	2
9	Tiszasalamon	3
10	Oroszi	1
11	Visk	1
12	Kisdobrony	1
13	Fornos	1
14	Tiszaabökény	1

A kiderült, hogy 14 magyar nyelvű óvoda településéről kaptam választ.

5. Ön melyik csoportban dolgozik?- kérdésre adott válaszok eloszlása:

Kiscsoport	Középső csoport	Nagy csoport	Vegyes csoport
6	6	11	7

A legtöbb válaszadó óvodapedagógus nagycsoportban dolgozik (11).

6. Óvónői tapasztalatai alapján, Ön milyen viselkedési formákban látja az óvodás érzelmi intelligencia megnyilvánulásait? - kérdésre adott válaszok eloszlása:

Válaszok:	Válaszadók száma
Együttérzés kifejezésében	10
Közös játékba	4
Megértő kommunikációban	5
Ölelésben	4
<i>Egyéb válaszok:</i>	
-játékmegosztás,	1
-vigasztalás,	1
-másoknak való segítségnyújtás,	1
-a másik gyermek megvigasztalásában,	1
- ha az egyik gyerek pl. elveszi a játékot a másiktól és az sír, a harmadik megvigasztalja vagy elmegy vele játszani,	1
- ölbe búzás, ölelés, sírás	1
- agresszív viselkedés, figyelemfelkeltő viselkedés	1

A válaszadók, egyharmada az *együttérzés kifejezésében* látja az érzelmi intelligencia megnyilvánulásait.

7. *Ha a kisgyermeki érzelmi intelligencia fejlesztés fontosságát kellene meghatározni egy tízes skálán, Ön hány ponttal fejezné ezt ki?- kérdésre adott válaszok eloszlása:*

1	2	3	4	5	6	7	8	9	10
0	0	0	0	0	0	0	8	7	15

A válaszadók fele, maximum pontszámot jelölte meg, a fontosság tekintetében. A másik fele a közel a maximumhoz, jelölte meg az érzelmi intelligencia fontosságát, ami egyben bizonyítéka az első hipotézisem alátámasztására.

8. *Jelölje be, az Ön által szervezett tevékenységeket, amelyben a gyermek érzelmi intelligenciáját fejleszti. – kérdésre adott válaszok eloszlása:*

Érzelmi intelligenciafejlesztő pedagógiai módszerek:	Válaszadók száma
Meseolvasás	27/30
Bábjáték	13/30
Szerepjáték	17/30
Mese dramatizáció	15/30
Kézműves alkotások	9/30
Éneklés, zenélés	16/30
Együtt játszás	4/30

A válaszok alapján, közel mindegyik óvodapedagógus, a *mese olvasás*, mint érzelmi intelligenciát fejlesztő tevékenységek jelölték meg (27/30). A további legtöbb jelölést az éneklés-zenélés (16/30), és a szerepjáték (17/30) kapta.

9. *A felsoroltak közül melyiket tarja a leghatékonyabb módszernek? – kérdésre adott válaszok eloszlása:*

Érzelmi intelligenciafejlesztő pedagógiai módszerek:	Válaszadók száma
Meseolvasás	15
Bábjáték	4
Szerepjáték	6
Mese dramatizáció	3
Éneklés, zenélés	1
Kézműves alkotások	1
Együtt játszás	0

A válaszadók szinte valamennyien a meseolvasást tartja hatékonynak, de csak fele tartja a leghatékonyabbnak.

10. Nevezze meg azokat a játékok, amelyeket azért szervez, hogy a gyermek érzelmit fejlessze. – kérdésre adott válaszok a következők:

Szervezett játékok az óvodai nevelésben	Válaszadók száma
Társas játékok (didaktikai)	17/30
Szerepjátékok	10/30
Népi körjátékok	7/30
Bábozás	6/30
Mese dramatizálás	6/30

A válaszadók legtöbbször az érzelmi intelligencia fejlesztésére alkalmazott játékokként társas vagy didaktikai (érzelmi kártyák) játékokban (17/30) használatát részesítik előnyben.

A második játék csoportba sorolva a szerepjáték 10/30 áll, mint érzelmi intelligenciát fejlesztő játéktevékenység.

11. Nevezze meg a felsoroltak közül azt, amelyik a leghatékonyabb! - kérdésre adott válaszok a következők:

A leghatékonyabb játékok az óvodai nevelésben	Válaszadók száma
Szerepjátékok	13/30
Mese dramatizálás	9/30
Társas játékok (didaktikai)	6/30
Bábozás	6/30
Népi körjátékok	1/30

A leghatékonyabb játéktevékenység a *szerepjátékok* 13/30, az óvónők szerint. A második leghatékonyabb pedig a mese dramatizálása 9/30, míg a népi körjátékok 1/30 óvónő szerint kevésbé hatékony.

12. Nevezze meg azoknak a meséknek címét, amelyet a gyermek érzelmi fejlesztése érdekében mesél az óvodában. – kérdésre adott válaszok eloszlása:

S.sz	Az óvodapedagógusok válaszai
1	Anna Selma Érzelmek erdeje Öröm, Szomorúság
2	Bereg Judit: Hiszti mesék (Könyve)
3	Hamupipőke, Rút kis kacska
4	A két kiskecske; A három kismalac

5	A három kismalac, A kesztyű, stb
6	Hamupipőke, Csipkerózsika, Hét kecskegida, Piroska és a farkas
7	Rút kis kacsa, magyar népmesék, állatmesék
8	A 7 kecskegida, Andersen mesék
9	A két bakkecske; A barátság olyan, mint a mérleghinta; A csúnya lány
10	Tündérmese, népmese,
11	Holle anyó, Jancsi és Juliska
12	Kádár Annamária meséi (Lilla és Tündérbogyó)
13	Franklin és a megbocsátás
14	Cipócska, Hét kecskegida, Hamupipőke
15	Legyünk játszótársak, Jó barátok, Bogyó és Babóca
16	Magyar népmesék, Holle anyó, Hét kecskegida
17	Piroska és a farkas
18	Állatmesék
19	A köleves magyar népmese; A hálás virág; A szomorú kacagány;
20	Rút kiskacsa, Mazsola és Tádé, A három jó barát
21	A só, Szélike királykisasszony, Az ezeregy éjszaka legszebb meséit
22	Megérkezik Tündérbogyó, Cini és a homokvár
23	Holle anyó, Jancsi és Juliska
24	Chien C. Aurél: Duzzogok, féltékeny vagyok,
25	Berg Judit Hiszti mesék népmese A csúnya királyfi és a szép királykisasszony
26	A három pillangó, érzel- mese,
27	Marék Veronika: A csúnya kislány, Mikola Péter: Zorka mesék
28	Szegedi Katalin: Palkó Kádár Annamária: Lilla és a Tündérbogyó
29	Világ leggazdagabb verebe, Sün Balázs.
30	Anna Selma Érzelmek erdeje Öröm, Szomorúság

13. Milyen relaxációs gyakorlatokat végez, amely a gyermek érzelmi intelligencia fejlesztésére hat? - a kérdésre adott válaszok így jelennek meg:

Pihentető zene hallgatás	Mese olvasás	Kézműves alkotás	Pihenő sarok	Meghitt beszélgetés
19/30	20/30	2/30	11/30	19/30

A válaszolt óvodapedagógusok nagyobb részarányban, 20/30 a mese olvasást jelölte meg. A pihentető zene hallgatás 19/30 és a meghitt beszélgetés, 19/30, alkalmaznak az óvodai nevelés során.

14. Nevezze meg, azokat a gyermekdalokat, amelyeket a gyermek érzelmeinek fejlesztésében alkalmaz. - kérdésre adott válaszok eloszlása:

S.sz	Az óvodapedagógusok válaszai
1	Ha jó a kedved üsd a tenyered
2	Mókuska, mókuska
3	Ha jó a kedved tapsolj egy nagyot, Útra kelt a hét pettyes, Viragéknál ég a világ, Tavaszi szél vizet áraszt
4	Hogy ha jó a kedved tapsolj nagyokat Esső ma ne ess tovább Kicsi barna mackó Lánc-lánc, Eszter-lánc
5	Olyan gyerekdalok, amelyekben egymással való barátkozást, jó viszonyt, kedvességet tükröz
6	Ciróka-maróka, Csip-csip csóka, Tente baba tente, Aludj baba aludjál.
7	Gyerekdalokat nem szoktam alkalmazni, azt inkább a zene nevelő
8	Ha jó a kedved tapsolj, esső ma ne ess tovább, csip csip csóka
9	Süss fel nap, buj buj zöld ág, lovagoltatók, Uzsedáré uzse dom
10	Kicsi vagyok én, tavaszi szél vizet áraszt, Ha jó a kedved
11	Tavaszi szél, karácsonyi dalok, anyák napi dalok, stb.
12	Kicsi vagyok én, csíp csíp csóka, boci-boci tarka
13	Mókuska, mókuska, Száz liba egy sorba... stb
14	Ha jó a kedved..., Mókuska, erdő szélén házikó,
15	Egyszer volt,hol nem volt egy ici-pici házikó
16	Szól a nóta halkán, szervusz kedves barátom,
17	Ha jó a kedvem...dombon áll egy házikó
18	Tavaszi szél vizet áraszt, népdalok,
19	Csíp-csíp csóka, erdőben egy házikó
20	Halász Judit mese a nincs erdőről
21	Tavaszi szél vizet áraszt
22	Tavaszi szél, Altatók
23	Gyerekdalok, népdalok
24	Házasodik a tücsök

25	Tavaszi szél vizet áraszt
26	Párválasztó, táncos
27	Ha jó a kedved üsd a tenyered
28	Mókuska
29	Ha jó a kedved üsd a tenyered
30	Ha jó a kedved üsd a tenyered, mókuska-mókuska

15. Alkalmaz-e az érzelmi intelligencia fejlesztésére irodalmi művek dramatizálását? Ha igen, nevezze meg azokat! - kérdésre adott válaszok eloszlása:

Irodalmi művek dramatizálása az óvodai nevelésben	Válaszok
Igen	23/30
Nem	7/30

A válaszolt óvodapedagógusok kétharmada alkalmaz mese feldolgozást, akik közül az alábbi műveket szokták beiktatni a foglalkozások során: A kiskakas gyémánt fél krajcárja; A csúnya királyfi és a szép királykisasszony; A rút kiskacsa. Legyen mindenkől kettő; Csipkerózsika; Hamupipóke; A Béka és a hercegnő; Varga Katalin: Téli lakoma; A kelekótya kiskakas; Répa mese. Cipócska; Kismalac és a farkas; Holle anyó; Hófehérke és a hét törpe; Kacor király. Összesen 15 irodalmi mese került megnevezésre.

16. Milyen gyakorisággal báboznak az óvodában? - a kérdésre adott válaszok:

Hetente 1-2 alkalommal	Havonta 1-2 alkalommal	Ritkán	Nem bábozunk
16	12	2	0

A válaszolt óvodapedagógusok kicsit több mint a fele (16/30), használja bábozást, mint érzelmi intelligenciát fejlesztő eszközt az óvodai nevelésben.

17. Ön alkalmaz motivációs bábót? Ha igen, melyet? - kérdésre adott válaszok eloszlása:

Motivációs báb alkalmazása	Válaszok
Igen	13/30
Nem	17/30

A válaszadók többsége 17/30, nem alkalmaz motivációs bábót. A válaszolt óvodapedagógusok 13/30 alkalmaznak, motivációs bábót ebből pedig hárman ki is fejtették, hogy melyet: Kicsiknél beszoktatásnál -MIRJAM kislánybáb; Bármit, ami a heti témához, a gyerekek érdeklődéséhez kapcsolódik; Baba.

18. Tapasztalatai szerint, képzőművészet mely ágazatához kapcsolódó pedagógiai eszköz a leghatékonyabb, a gyermek érzelmi intelligencia fejlesztésére az óvodában? - a kérdésre adott válaszok így jelennek meg:

Origami	Rajzolás	Festés	Gyöngyfűzés	Varrás,hímzés	Gyurmázás	Agyagozás
13/30	29/30	22/30	16/30	12/30	13/30	7/30

A válaszadók többsége a rajzolást (29/30) és festés (22/30), jelölte meg leghatékonyabb eszközként. A kézügyesség fejlesztésre a további módszereket is alkalmasnak tartanak, a gyermek érzelmi intelligencia fejlesztésére.

19. Ön milyen kifejezéseket használ, a gyermek érzelmeinek nevelése során?- a kérdésre adott válaszok így jelennek meg:

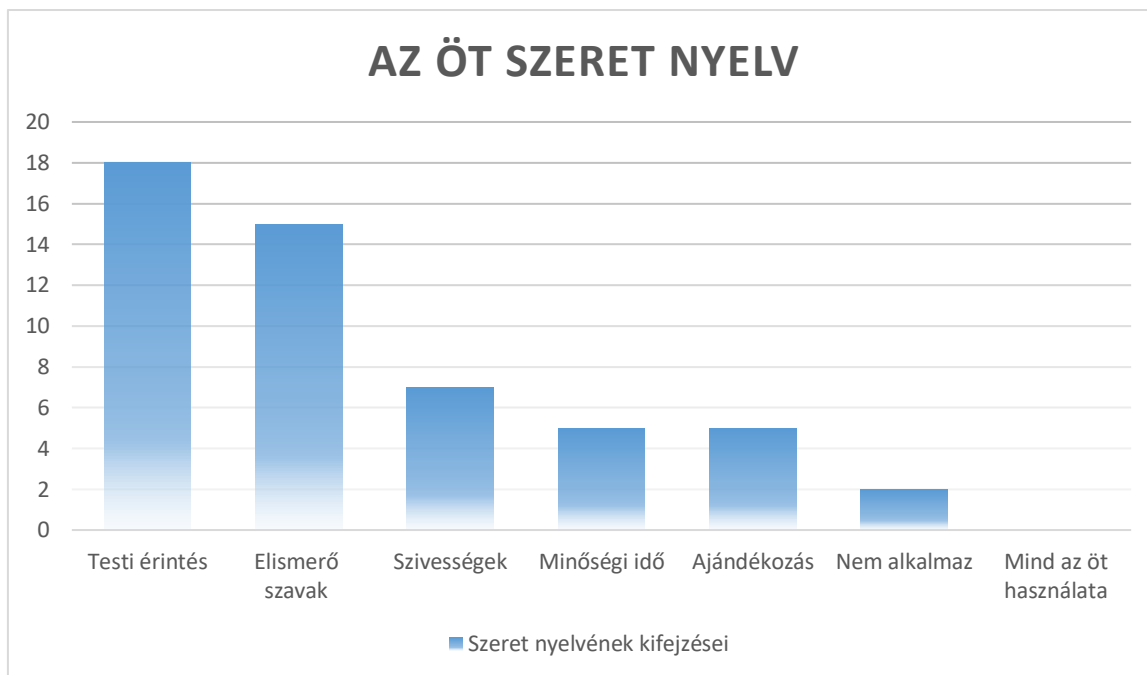
Az óvónő által használt kedves szavak	Válaszadók száma
Kedves tőled	18/30
Köszönöm	17/30
Nagyon figyelmes vagy	15/30
Örülök, hogy türelmesen vártál	14/30
Nem szép dolog volt tőled	14/30
Szerintem, te többre vagy képes	14/30
Ez nem volt helyes viselkedés	16/30
Legközelebb gondold át	13/30

A kulturált kommunikációra a leggyakrabban használt kifejezések a *Kedves tőled* (18/30) és *Köszönöm* (17/30) használják.

20. Alkalmazza az Ön és a gyermekek közötti kommunikáció során a szeretet nyelvét?

Sorolja fel azokat, amelyeket Ön használ! – a kérdés válaszai alapján:

Az öt szeretetnyelv Gary Chapman meghatározásában:	Válaszadók száma
Testi érintés	18/30
Elismerő szavak	15/30
Szívességek	7/30
Minőségi idő	5/30
Ajándékozás	5/30
Nem alkalmaz	2/30
Mind az öt használata	0/30



1.sz diagram

A óvodapedagógusok kifejtett válaszait Gary Chapman A szeretet esszenciája (2007), könyve alapján csoportosítottam a szeretet öt nyelvét. Ennek eredményeképpen 18/30 óvodapedagógus a Testi érintés (18/30), Elismerő szavak (15/30) szeretet nyelvét alkalmazza. Két óvodapedagógus viszont nem alkalmazza. A kifejtett válaszokból összesítve dolgoztam fel a 1.sz diagram szemléltetésével.

4.2 Az érzelmi intelligencia fejlesztés vizsgálat eredményei a Kárpátaljai magyar óvodai nevelésben

Az elvégzett kutatás elemzése az alábbi következtetéseket vonja maga után. A válaszadók többsége 26-35 év közötti óvodapedagógus. Az válaszoltak végzettségük szerint, rendelkeznek szakirányú alapdiploma, Bsc -vel (16/30). Többségük 1-10 év között a dolgozik a szakmában (18/30). A válaszokat, 14 magyar nyelvű óvoda településéről kaptam. A legtöbb válaszadó óvodapedagógus nagycsoportban dolgozik (11/30). A válaszadók, egyharmada az együttérzés kifejezésében látja az érzelmi intelligencia megnyilvánulásait.

Első hipotézis: a Kárpátaljai magyar óvodákban dolgozó óvónők, fontosnak tartják az érzelmi intelligencia fejlesztését. Ez a hetes kérdés válaszai alapján alátámasztásra került, miszerint az óvónők fele maximális ponttal értékelve fontosnak, a másik fele pedig közel a maximális ponthoz szintén fontosnak ítéli meg, az érzelmi intelligencia fejlesztését az óvodában.

Az óvodapedagógusok közel mindegyike, a mese olvasás, mint érzelmi intelligenciát fejlesztő tevékenységek jelölte meg (27/30), de csak fele (15/30) tartja a leghatékonyabbnak. A válaszok alapján ez is részben bizonyíték a második hipotézis alátámasztására.

Az válaszolt óvodapedagógusok nagyon változatos meséket olvasnak az érzelmi intelligencia fejlesztésére.

Második hipotézis: a Kárpátaljai magyar óvodákban dolgozó óvodapedagógusok, a gyermek érzelmi intelligencia fejlesztésének eszközeként a mesét részesítik-e előnyben. Ezt a feltételezést részben a nyolcas, kilences és tizenötös kérdések válaszai alapján bebizonyítást nyert teljes egészében.

A válaszadók legtöbbször az érzelmi intelligencia fejlesztésére alkalmazott játékokként a társas vagy didaktikai (érzelmi kártyák) játékok (17/30) használatát részesítik előnyben. Viszont a leghatékonyabb érzelmi intelligenciát fejlesztő játéktevékenység a szerepjátékok (13/30), és csak a második leghatékonyabb a mese dramatizálása (9/30). A válaszok alapján ellentmondás következtethető.

A válaszokból megerősíthető, hogy nagyon változatos és hasonló gyermekdalokat alkalmaznak az érzelmi intelligencia fejlesztésére.

A relaxációs gyakorlatok válaszaiból kiderült, az óvodapedagógusok nagyobb részarányban, a mese olvasást (20/30) jelölte meg. A pihentető zene hallgatás (19/30) és a meghitt beszélgetés (19/30), alkalmaznak az óvodai nevelés során. Kiderült továbbá, hogy az óvónők nem ismerik pontosan a relaxáció pontos alkalmazását.

A válaszolt óvodapedagógusok kicsivel több, mint a fele (16/30) használja a bábozást, mint érzelmi intelligenciát fejlesztő eszközt. Viszont motivációs báb (17/30) nem alkalmaznak, pedig ennek nagy jelentősége van a gyermek számára.

Az óvodapedagógusok többsége a rajzolást (29/30) és festés (22/30), jelölte meg leghatékonyabb eszközként. A kézügyesség fejlesztésre a további módszereket is alkalmasnak tartanak, a gyermek érzelmi intelligencia fejlesztésére.

Az óvodapedagógusok kifejtett válaszait Gary Chapman sikerkönyve A szeretet esszenciája (2007), alapján csoportosítottam a szeretet öt nyelvét. Ennek eredményeképpen Testi érintés (18/30), Elismerő szavak (15/30) szeretet nyelvét alkalmazza. Két óvodapedagógus viszont nem alkalmazza.

Harmadik hipotézis: a Kárpátaljai magyar óvodapedagógusok kommunikációja a gyerekekkel, az érzelmi intelligencia fejlesztésének jegyében zajlik, vagyis intenzíven használják a szeretet nyelvét. Ez az állítás, csak részben igazolódott be a vizsgálat során a

húszas kérdés válasza alapján. Itt kiderült ugyanis, hogy az óvodapedagógusok csak egyes szeretet nyelvet alkalmaznak, az óvodai nevelésben, mind az öt nyelvet nem.

Megfigyeléseim alapján, következtéseket vontam le arra vonatkozóan, hogy a válaszolt óvodapedagógus többségben, nincsenek teljesen tisztában a szaknyelv és az elmélet meghatározásaival.

ÖSSZEFOGLALÁS

Eme szakdolgozat az érzelmi intelligencia fejlesztésének fontosságára irányul kisgyermekkorban. A dolgozat aktualitása abban rejlik, hogy az óvodapedagógus milyen intenzitással fejleszti a gyermek érzelmi intelligenciáját.

Szakirodalmi feldolgozáson keresztül, prezentálom a dolgozat első részét, amit három fejezetre és alfejezetre bontva, bemutatom az alapvető érzelmeket születéstől az óvodáskor végéig, illetve nagy hangsúlyt fektetve a családi és óvodai nevelésben alkalmazott érzelmi intelligenciát fejlesztő eszközökre és módszerekre.

Ismertetem továbbá az óvodapedagógus szerepének fontosságára, példamutatására, illetve szeretet nyelvének használatára az érzelmi intelligencia fejlesztésének érdekében az óvodában.

Kutatási célom megvalósítását a Kárpátaljai magyar nyelvű óvodákban dolgozó óvodapedagógusokra irányult, hogy mi szerint és hogyan fejlesztik az óvodás gyermek érzelmi intelligenciáját.

A témában végzett kutatás kivitelezése a Kárpátaljai magyar óvodák óvodapedagógusai között történt. Kutatási módszerként kérdőíves formában, 20 kérdéssel, amely részben nyitott és zárt kérdéseket is tartalmaz. Az 1-5 kérdés, általános tudnivalók az óvónőkről, 6-20 kérdések, pedig az eszközök és módszerek alkalmazására irányult.

Ennek eredményei alapján a feltételezéseim bizonyítást illetve csak rész bizonyítást nyertek.

Kutatásaim eredményéből kitűnt, hogy a vizsgálati kérdőívem az *érzelmi intelligencia fejlesztése* az óvodai nevelésben, ami mint szaknyelvi fogalmon nem volt egyértelmű az óvónők körében. Szintén fogalmi ismeretek hiánya tapasztalható a relaxációs gyakorlatok alkalmazását illetően. Az érzelmi intelligencia fejlesztésére alkalmazott játéktevékenységek során a társas és szerepjátékok bizonyultak a legalkalmasabbnak, viszont a leghatékonyabbnak a szerepjátékot ítélték meg. Itt ellentmondás következtethető. Ez szintén arra utal, hogy óvodapedagógusok nagyobb arányban nem ismerik, az érzelmi intelligencia fejlesztésére alkalmazott játéktevékenységeket és azok hatékonyságait. A bábozás tekintetében a motivációs báb alkalmazása, igen csak alacsony számokat mutat, ami szintén az ismeretek hiányára utalhat.

Első hipotézisem alátámaszthatóságát a válaszolt óvodapedagógusok egyhangúan fontosnak tartják az érzelmi intelligenciát.

Második hipotézisem a mese mint, fejlesztő eszköz igen magas számban értékelve a leghatásosabb fejlesztő eszköznek bizonyult.

Harmadik hipotézisem csak részben igazolódott be, mivel a szeret nyelv használatára, sokkal nagyobb hangsúlyt kell fektetni, az elismerő szavak, az ajándékozás, a szívességek, a minőségi idő és a testi érintések használatára az óvodai nevelés során.

Úgy vélem, ezek a megfigyelések tanító jellegűek, így a dolgozat olvasását követően, minden óvodapedagógus megismerheti az alapvető érzelmi intelligencia fogalmát és annak fejlesztő eszközeit az óvodai nevelésben.

РЕЗЮМЕ

Дипломна робота присвячена розвитку емоційного інтелекту дітей дошкільного віку. Основний акцент в роботі робиться на тому, що на формування емоційного інтелекту в ранньому дитинстві та його розвиток впливає насамперед атмосфера в сім'ї та в дитячому садку.

Актуальність цієї теми обумовлена тим, що в метушні, яку диктує 21 століття, більшість батьків і вихователів дошкільних навчальних закладів цим аспектом виховання цікавиться все менше і менше, але він вкрай важливий для здорового розвитку та формування емоційної лабільності дитини.

У перших трьох розділах цієї дисертації проведено огляд наукової літератури, присвяченої розвитку, функціонуванню та виразу емоцій у дітей молодшого віку. Крім цього, у роботі описується концепція та теорії емоційного інтелекту, його інструменти, а також роль педагога у процесі дошкільної освіти. У четвертому розділі представлені результати проведених мною досліджень.

Дослідження проводилося серед вихователів угорських дитячих садків Закарпаття. В ході дослідження використовувався метод анкетування. За результатами дослідження були повністю та частково підтвердженні висунуті мною припущення.

У підсумку можна стверджувати, що вихователі ДНЗ повинні поглиблювати свої знання про поняття емоційного інтелекту і можливості інструментів його розвитку.

Jónásné Csalódi Éva (2011): A „Mérés, értékelés” kurzus tervezése, értékelése. Tanulmány. Pécsi Tudományegyetem. Letöltés dátuma: 2021.10.14
http://janus.ttk.pte.hu/tamop/tananyagok/meres_ertekeles/index.html

Kádár Annamária (2012): Az érzelmi intelligencia fejlődése óvodás- és kisiskolás korban, Ábel kiadó, Kolozsvár

Kádár Annamária (2012): Mesepszichológia, Az érzelmi intelligencia fejlesztése gyermekkorban, Kulcslyuk kiadó

Kollár N. Katalin, Szabó Éva (2004): *Pszichológia pedagógusoknak* - Orsis kiadó, Budapest

Kollár N. Katalin, Szabó Éva (2017): *Pedagógusok pszichológiai kézikönyve, I kötet* - Orsis kiadó, Budapest

Magyar nagylexikon (1999): *kilencedik kiadás: Gyer-IQ*, Magyar Nagylexikon kiadó, Budapest

Mező Katalin (2018). A kora gyermekkori családi nevelés hatása az érzelmi intelligencia kialakulására és fejlődésére. In: Vargáné, Nagy Anikó (szerk.) *Családi nevelés 3*. Debrecen. Letöltés dátuma: 2021.04.07) Elérhető:
<https://csaladpedagogia.files.wordpress.com/2018/06/csalc3a1di-nevelc3a9s-3-180507.pdf>

Nagy Henriett (2010): A képesség-alapú érzelmi intelligencia modell érvényességének empirikus elemzése, ELTE Pedagógiai és Pszichológiai Kar, Pszichológiai Intézet Személyiség és Egészségpszichológiai Tanszék, Pszichológiai Doktori Iskola, Budapest (Letöltés dátuma: 2021. 03.18)

Ortutay Gyula (1977): *Magyar Néprajzi Lexikon, Első kötet* - Akadémiai kiadó, Budapest

Ranschburg Jenő (2002): *A világ megismerése óvodáskorban*, Saxum kiadó, Kaposvár

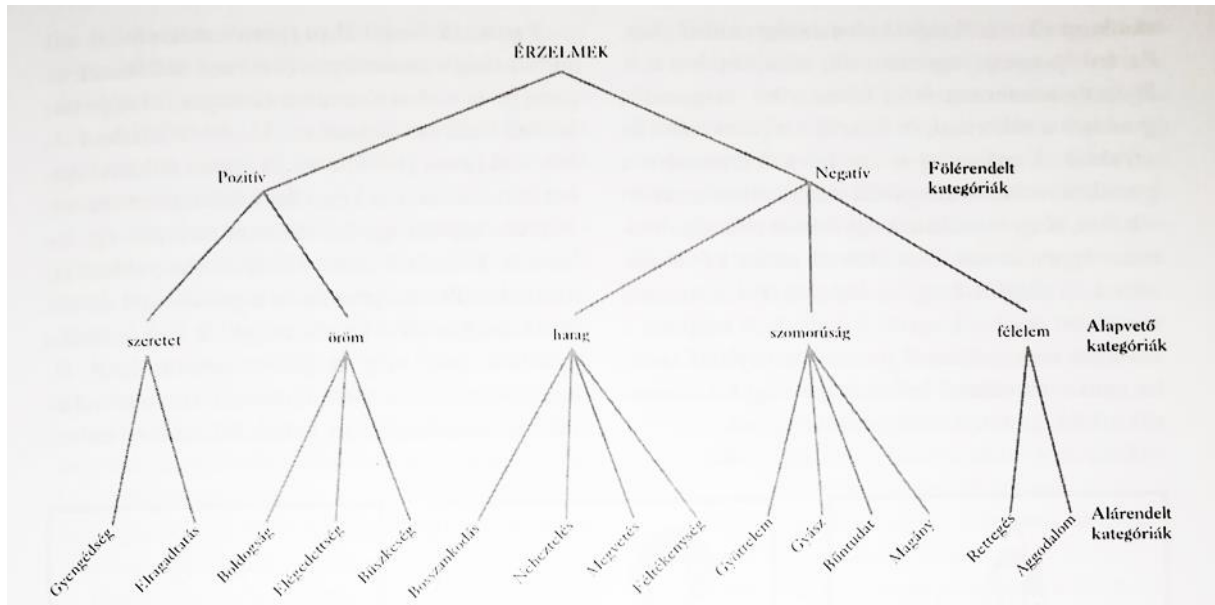
Ranschburg Jenő (2002): *A világ megismerése óvodáskorban*, Saxum kiadó, Kaposvár

Szarka Emese Dr. (2018): Az érzelmi intelligencia fejlesztése az óvodában, In: Jávorovka Gabriella, Rabe Klett kiadó, Budapest

Vajda Zsuzsanna - Kósa Éva (2005): *Neveléslélektan* - Osiris, Budapest.

Vekerdy Tamás (2001): *Gyerekek, óvodák, iskolák* - Saxum Kiadó, Kaposvár

MELLÉKLETEK



1.ábra. Az érzelmek hierarchiája (Forrás: Cole,1997:409)

Idő	Érzelmi típus	Kiváltó ok
születéstől kezdve	undor	savanyú íz
első hetek	boldogság kifejezése: a mosoly fejlődése	alvás REM fázisban, reflexes arcmozgás
1. hónap körül		simogatásra
2. hónap körül		gondozóval való interakcióra adott válasz
3. hónap után		a szociális mosoly megjelenése pl. játékra, odafigyelésre adott válaszként stb.
születéstől kezdve	félelem kifejezése	erős hangokra, fényekre adott ösztönös válasz
7. hónaptól		idegenek jelenléte, ismeretlen arc láttán
7. hónaptól- 1 évig		a félelem fokozatosan nő, majd ezt követően csökken
7 hónaptól	szorongás kifejezése	szeparációs szorongás megjelenése
15.-18. hó körül		a szeparációs szorongás ekkor a legerősebb
3 év után		a szeparációs szorongás csökkenése
3-6 év	szorongás és félelem keveredése	óvodáskorban leginkább a fantáziájukban megjelenő dolgoktól félnek (pl. szörnyek, ijesztő álmok, elképzelt események)
2-3 év körül	komplex érzelmek megjelenése	szégyen, büszkeség, bűntudat stb.
9. hó körül	verbális érzelmek	verbális érzelmek kifejezés megjelenése, hangok, babanyelv
18. hó körül		érzelem-nyelv megjelenése, saját érzelmi állapotaik megfogalmazásának képessége
2 év vége, 3 év eleje		képesek beszélni az érzelmek kiváltó okairól, a szülővel folytatott érzelmi kommunikáció beindulása
3 év után		érzelmekekre vonatkozó oki következtetések megfogalmazására való képesség kifejlődése

1. táblázat. Forrás: Összegző táblázat Cole és Cole M.(1997) nyomán Mező Katalin (2018:5) szerkesztésében

Kérdőív Érzelmi intelligencia fejlesztése az óvodai nevelésben

Kitöltési útmutató:

Kedves Óvodapedagógus! Kérem, válaszoljon őszintén a kérdésekre. Az alábbi kérdőív kitöltésével szakdolgozatom megírásához járul hozzá, amely az érzelmi intelligencia fejlesztését vizsgálja az óvodai nevelés során. A kitöltés anonim, a válaszokat kizárólag összesítve, statisztikai elemzés céljából használom fel. Amennyiben valamelyik válaszlehetőséggel egyet ért, jelölje be, ha más véleménye vagy gondolata van a kérdés kapcsán, kérem, írja le a kijelölt helyre.

Köszönöm a segítségét!

1. Az Ön életkora

2. Milyen végzettsége van?

- a) Fiatal szakértő (Molodsij specialist)
 - b) Szakértő (Szpecialist)
 - c) Alapdiplom Bsc (Bachelor)
 - d) Mester diploma Msc (Magister)
 - e) PhD (Doktori)
3. Hány éve dolgozik Óvónőként?
-

4. Ön, melyik településen dolgozik óvónőként?

5. Melyik csoportban dolgozik?

- a. kiscsoport
- b. középsőcsoport
- c. nagycsoport

6. Óvónői tapasztalatai alapján, Ön milyen viselkedési formákban látja az óvodás érzelmi intelligencia megnyilvánulásait?

- a) Együttérzés
- b) Ölelés
- c) Agresszív viselkedés
- d) Közös játék
- e) Megértő kommunikáció
- f) Egyéb: _____

7. Ha a kisgyermeki érzelmi intelligencia fejlesztés fontosságát kellene meghatározni egy tízes skálán, Ön hány ponttal fejezné ezt ki?

8. Jelölje be, az Ön által szervezett tevékenységeket, amelyben a gyermek érzelmi intelligenciáját fejleszti:

- a) Mese olvasás
- b) Bábjáték
- c) Szerepjáték
- d) Dramatizáció

- e) Éneklés, zenélés
f) Kézműves alkotások
g) Egyéb: _____
9. A felsoroltak közül melyiket tarja a leghatékonyabbnak?

10. Nevezze meg azokat a játékok, amelyeket azért szervez, hogy a gyermek érzelmit fejlessze:

11. Nevezze meg a felsoroltak közül azt, amelyik a leghatékonyabb!

12. Nevezze meg azoknak a meséknek címét, amelyet a gyermek érzelmi fejlesztése érdekében mesél az óvodában:

13. Milyen relaxációs gyakorlatokat végez, amely a gyermek érzelmi intelligencia fejlesztésére hat?
a) Pihentető zene hallgatás
b) Mese olvasás
c) Kézműves alkotások
d) Pihenő sarok
e) Meghitt beszélgetés
f) Egyéb: _____
14. Nevezze meg, azokat a gyermekdalokat, amelyeket a gyermek érzelmeinek fejlesztésében alkalmaz:

15. Alkalmaz-e az érzelmi intelligencia fejlesztésére irodalmi művek dramatizálását? Ha igen, nevezze meg azokat!

16. Milyen gyakorisággal báboznak az óvodában?
a) Heti 1-2 alkalommal
b) Havi 1-2 alkalommal
c) Ritkán
d) Nem bábozunk
17. Ön alkalmaz motivációs bábót? Ha igen, melyet?
a) Igen
b) Nem
c) Egyéb: _____
18. Tapasztalati szerit, képzőművészet mely ágazatához kapcsolódó pedagógiai eszköz a leghatékonyabb, a gyermek érzelmi intelligencia fejlesztésére az óvodában?
a) Origami
b) Rajzolás
c) Festés
d) Gyöngyfűzés
e) Varrás, hímzés
f) Gyurmázás
g) Agyagozás
h) Egyéb: _____
19. Ön milyen kifejezéseket használ, a gyermek érzelmeinek nevelése során?

- a) Kedves tőled
- b) Köszönöm
- c) Nagyon figyelmes vagy
- d) Örülök, hogy türelmesen vártál
- e) Nem szép dolog volt tőled
- f) Szerintem, te többre vagy képes
- g) Ez nem volt helyes viselkedés
- h) Legközelebb gondold át
- i) A felsoroltak közül mindegyiket
- j) Egyéb: _____

20. Alkalmazza az Ön és a gyermekek közötti kommunikáció során a szeretet nyelvét?
Sorolja fel azokat, amelyeket Ön használ!

Kedves kitöltő!

Ezúton szeretném megköszönni, hogy időt szánt a kérdőív kitöltésére, amely nagy segítséget nyújtott a szakdolgozatom megírásához.

ÁBRÁK ÉS TÁBLÁZATOK JEGYZÉKE

1.ábra. Az érzelmek hierarchiája (Forrás: Cole,1997:409).....	8
1.táblázat. Összegző táblázat Cole és Cole M.(1997) nyomán Mező Katalin (2018:5) szerkesztésében.....	9

**Завідувачу кафедри
Біда Олена Анатоліївна,
доктор пед. наук, професор
здобувача вищої освіти
Балла-Пердук Сільвія Регіна Миколаївна
студентка IV-го курсу
ОП 012 Дошкільна освіта**

ЗАЯВА

З правилами чинного Положення «Про академічну доброчесність в Закарпатському угорському інституті імені Ф. Ракоці II» від «30» серпня 2019 року, згідно з яким виявлення плагіату є підставою для відмови в допуску роботи до захисту і застосування заходів дисциплінарної та академічної відповідальності, ознайомена.

Про використання Системи виявлення текстових збігів/ідентичності/ схожості в роботах здобувачів вищої освіти повідомлена та надаю свою згоду на обробку та збереження моєї роботи в Базі даних Інституту. Також надаю ЗУІ право на передачу моєї роботи для обробки та збереження в Системі виявлення текстових збігів/ідентичності/схожості та використання роботи для виявлення плагіату в інших роботах, які завантажувалися/завантажуються для перевірки Системою виявлення текстових збігів/ідентичності/схожості та користувачами, які мають доступ до цієї Системи, виключно в обмежених цілях для виявлення плагіату в текстах робіт.

Робота для перевірки Інституту надається в друкованому та електронному варіанті. Електронна версія моєї роботи збігається (ідентична) з друкованою.

31.05.2022

Дата

Підпис

Bida Olena
tanszékvezető
Balla-Perduk Szilvia Regina
IV. évfolyamos levelező tagozatos
Óvodapedagógia szakos hallgató

NYILATKOZAT

A II. Rákoczi Ferenc Kárpátaljai Magyar Főiskola 2019. augusztus 30-án kelt tudományetikai szabályzatának pontjaival, amelyek szerint plágium felfedezése esetén a diplomamunka nincs védéshez engedve, megismerkedtem.

Tájékoztatást kaptam a plágiumszűrő rendszer használatáról, hozzájárulok a munkám ellenőrzéséhez és tárolásához az intézményi adatbázisban. Felhatalmazom az intézményt, hogy a munkámat ellenőrzés után felhasználhassák a plágiumszűrő program működésénél a további munkák ellenőrzésének folyamatában.

A munkát ellenőrzés céljából elektronikusan és nyomtatott formában is benyújtottam az intézménynek. Munkám elektronikus változata azonos a nyomtatott példánnyal.

2022.05.31

Dátum

Aláírás



Ім'я користувача:
Моца Андрій Андрійович

Дата перевірки:
18.05.2022 20:30:32 EEST

Дата звіту:
18.05.2022 20:51:22 EEST

ID перевірки:
1011239795

Тип перевірки:
Doc vs Internet + Library

ID користувача:
100006701

Назва документа: Balla-Perduk SZilvia Regina

Кількість сторінок: 47 Кількість слів: 10493 Кількість символів: 80179 Розмір файлу: 1.17 MB ID файлу: 1011130930

14.9% Схожість

Найбільша схожість: 4.39% з Інтернет-джерелом (<https://csaladpedagogia.files.wordpress.com/2018/06/csalc3a1di-nevel..>)

13.4% Джерела з Інтернету	189	Сторінка 49
2.17% Джерела з Бібліотеки	167	Сторінка 50

0% Цитат

Вилучення цитат вимкнене

Вилучення списку бібліографічних посилань вимкнене

0% Вилучень

Немає вилучених джерел