

БӨЛІМ: БАЛАБАҚША

Балалардың эмоционалдық интеллектісін дамыту жолдары

ЖАРИЯЛАНДЫ 19.11.2025	ТІРЕК СӨЗДЕР bilimger, арт-терапия, ата-анамен жұмыс, балабақша, Ерте жас, когнитивтік даму, құм терапиясы, мектепке дейінгі бала, мектепке дейінгі жас, ойын технологиялары, өзін-өзі реттеу, саусақ жаттығулары, сөйлеу тілі, тәрбиешінің рөлі, ұсақ моторика, эмоционалдық интеллект, эмоцияларды тану, эмпатия	СІЛТЕМЕ https://bilimger.kz/183944/
---------------------------------	--	---

Нуржаубаева Алмагул Бакитжановна

Ақтөбе облысы, Темір ауданы, Шұбарқұдық

Еркежан балабақшасы

Тәрбиеші

Аннотация

Бұл мақалада мектепке дейінгі жас кезеңіндегі балалардың эмоционалдық интеллектісін (EQ) дамыту мәселесі балабақша тәрбиешісінің күнделікті тәжірибесі контекстінде қарастырылады. Эмоционалдық интеллект – баланың өз эмоцияларын тану, түсіну, реттеу, өзгелердің сезімін сезіне білу және тиімді қарым-қатынас орнату қабілеттерінің интеграцияланған жүйесі ретінде сипатталып, оның мектепке дейінгі шақтағы тұлғалық, әлеуметтік және когнитивтік даму үшін маңызы негізделеді. Балабақша тәрбиешісі ретінде мен үшін эмоцияны тану, атау, қабылдау, эмпатия, өзін-өзі реттеу, жанжалдарды мәдениетті шешу дағдыларын арнайы ұйымдастырылған ойын, әңгіме, арт және құм терапиясы, музыкалық және рөлдік әрекеттер арқылы жүйелі қалыптастыру айрықша маңызды. Мақалада эмоционалдық интеллект ұғымының теориялық негіздері қазақстандық ғылыми және әдістемелік еңбектерге сүйене отырып талданады, балабақша жағдайында эмоциялық дамуды қолдаудың негізгі бағыттары мен практикалық тәсілдері айқындалады. Сондай-ақ тәрбиеші мен ата-ана серіктестігінің рөлі, эмоционалдық дамуды бақылау және рефлексия жүргізу жолдары көрсетіліп, мектепке дейінгі ұйым педагогтарына бағдар болар ұсыныстар ұсынылады.

Кілт сөздер

эмоционалдық интеллект, мектепке дейінгі жас, балабақша, эмоцияларды тану, эмпатия, өзін-өзі реттеу, тәрбиешінің рөлі, арт-терапия, құм терапиясы, ойын технологиялары.

Кіріспе

Қазіргі уақытта балабақшаға келетін әрбір бала тек когнитивтік білім мен дағды ғана емес, өзінің ішкі эмоциялық әлемін түсінуге, оны қауіпсіз түрде білдіруге және реттеуге көмекті қажет етеді. Жаһандану жағдайында ақпарат ағынының, әлеуметтік талаптардың күрделенуі, ата-аналардың еңбек ырғағының жеделдеуі балалардың психоэмоциялық жүктемесін арттырып, олардың күйзеліс пен мазасыздыққа бейім болуына ықпал етуі мүмкін. Осындай жағдайда эмоционалдық интеллектіні дамыту – баланың болашақ өмір сапасы мен әлеуметтік бейімделуінің негізгі шарттарының бірі ретінде қарастырылады. Эмоциялық интеллект түсінігі қазақстандық педагогикалық және психологиялық әдебиеттерде адамның эмоцияны тану, түсіну, басқару, эмпатия таныту және қарым-қатынасты тиімді құру қабілеті ретінде түсіндіріліп, ол бала кезінен бастап арнайы педагогикалық ықпал арқылы қалыптасатыны атап өтіледі.

Балабақша тәрбиешісі ретінде мен күнделікті практикада балалардың эмоцияларын сөзбен жеткізе алмауы, ашуын соққы, жылау, ызақор қылық арқылы көрсетуі, кей балалардың керісінше, өз сезімін ішке жасырып, тұйықталуы сияқты көріністерге жиі ұшырасамын. Бұл жағдайлар эмоционалдық интеллектіні дамыту жұмысының жүйелі болуын, яғни эмоцияны тану, атау, қауіпсіз ортада бөлісу, жағымды тәсілдермен реттеу дағдыларын кешенді қалыптастыруды талап етеді. Зерттеулерде эмоционалдық интеллекті жоғары балалардың құрдастарымен қарым-қатынасы сәттірек, жанжалдарды бейбіт түрде шеше алатыны, оқудағы табандылығы жоғары және өзін-өзі бағалауы біршама тұрақты келетіні көрсетіледі. Осыған орай, балабақшадағы педагогикалық үдерісте эмоционалдық интеллектіні дамыту – оқу-тәрбие жұмысының ажырамас бөлігі болуы тиіс.

Балалардың эмоционалдық интеллектісі: мәні және мектепке дейінгі шақтағы өзектілігі

Эмоционалдық интеллект ұғымы ғылыми әдебиеттерде адамның өз эмоциясын сезініп, түсініп, оны орынды түрде білдіру және басқару қабілетімен қатар, басқа адамдардың эмоционалдық жағдайын байқау, түсіну, оған эмпатиялық жауап бере алу және осының негізінде нәтижелі қарым-қатынас орнату қабілеттерінің жиынтығы ретінде сипатталады. Баланың психикалық даму логикасы тұрғысынан алғанда, мектепке дейінгі кезең – эмоцияларды қабылдау, ажырату, атау және реттеу дағдылары қалыптасатын сензитивті кезең, сондықтан дәл осы жаста эмоционалдық интеллектке бағытталған мақсатты жұмыс ерекше маңызды. Bilimger.kz платформасында

жарияланған еңбектерде эмоционалдық интеллект баланың өзін-өзі тану, өзін-өзі бағалау, эмпатия, қарым-қатынас мәдениеті, жанжалдарды шешу дағдыларын біріктіретін кешенді құзырет ретінде қарастырылып, оны балабақша жағдайында дамытуға арналған түрлі әдістер сипатталады.

Мен өз тәжірибемде эмоционалдық интеллекті бала тұлғасының «жүрегі» деп қабылдаймын, себебі ол баланың тек көңіл күйін ғана емес, оның мінез-құлқын, шешім қабылдау тәсілдерін, оқу мотивациясын, өзіне және өзгелерге деген көзқарасын дербес реттеуге мүмкіндік береді. Эмоцияны тану дағдысы жоқ бала ашуын, өкпесін, қорқынышын көбіне дене қимылымен немесе деструктивті әрекеттермен жеткізсе, эмоциясын түсініп, атауды үйренген бала «мен ренжідім», «мен қорқып қалдым», «мен қуанып тұрмын» деп, ішкі күйін сөзбен өрнектей алады, бұл өз кезегінде тәрбиешіге де, ата-анаға да балаға көмектесу жолын дұрыс таңдауға мүмкіндік береді. Эмоционалдық интеллект пен өмір табыстылығы арасындағы жоғары корреляцияны көрсететін көптеген зерттеулерді ескере отырып, мектепке дейінгі ұйымдарда бұл бағыттағы жұмыстарды білім мазмұнының қосымша элементі емес, негізгі компоненті ретінде жүйелеу қажеттілігі туындайды.

Тәрбиешінің тұлғалық үлгісі және эмоционалдық қауіпсіз орта құру

Балалардың эмоционалдық интеллектісін дамытудағы басты құралдардың бірі – тәрбиешінің өзінің эмоцияға қатынасы, сөйлесу стилі, мінез-құлқы, яғни «тірі үлгісі». Bilimger.kz сайтында жарияланған «Баланың эмоциялық интеллектісін дамытуда тәрбиешінің рөлі» мақаласында тәрбиешінің мейірімді, қабылдаушы, эмпатиялық ұстанымы баланың өз эмоциясын қауіпсіз түрде білдіруіне жағдай жасайтыны, эмоционалдық климаттың баланың психологиялық қауіпсіздік сезімін қалыптастырудағы маңызы ерекше екені атап өтіледі. Мен топтағы балалардың эмоциялық жай-күйін ең алдымен өз дауыс ырғағым, көзқарасым, дене тұрысым арқылы реттеймін: сабақты бастағанда тыныш, сенімді интонация, жылы сөз, әр баланың көзіне қарап амандасу олардың өзін қабылданған, бағаланған сезінуіне көмектеседі.

Эмоционалдық қауіпсіз орта дегеніміз – баланың кез келген эмоциясы (қуаныш, қорқыныш, ашу, қызғаныш, реніш) «жақсы» немесе «жаман» деп бағаланбай, түсіндіріліп, қабылданатын, алайда агрессивті әрекеттерге шектеу қойылатын орта. Мұндай ортада мен балаға «ашулануға болады, бірақ ұруға болмайды», «ренжуге болады, бірақ жұлқылауға болмайды» деген сияқты нақты, түсінікті ережелерді қайталап отырамын. Баланың эмоциясын сөзбен қайталап атау («сен қазір ренжіп тұрсың, иә?», «сен сәл қорқып қалған сияқтысың») оның өз сезімін тануына, ал менің тыныш, тұрақты реакциям эмоцияны біртіндеп реттеуге мүмкіндік береді. Ғылыми зерттеулерде педагогтің эмоционалдық құзыреттілігі мен балалардың эмоционалдық дамуы арасында тікелей байланыс бар екені көрсетіліп, тәрбиешінің EQ деңгейін көтеруге бағытталған арнайы бағдарламалардың тиімділігі атап өтілген. Сондықтан

эмоционалдық интеллектіні дамыту жұмысы ең алдымен өз эмоциямды түсіну мен басқарудан, кәсіби рефлексиядан басталуы тиіс.

Эмоцияларды тану мен атауды ойын және тілдік жұмыс арқылы дамыту

Балалар эмоцияларды ең жақсы ойын, ертегі, көрнекі бейнелер және тірі қарым-қатынас арқылы таниды. Bilimgger.kz порталындағы еңбектерде мектепке дейінгі жастағы балалардың эмоционалдық интеллектісін дамытуда түрлі жағдаяттық ойындар, «Мен сенің орнында болсам...», «Жақсы сөздер шеңбері» сияқты әдістердің тиімділігі көрсетіледі. Тәрбиеші ретінде мен топта күн сайын эмоцияларға арналған қысқа ойындық жаттығулар жасаймын: айнадағы өз бет-әлпетін бақылап, қуаныш, реніш, таңғалу, қорқыныш сияқты сезімдерді мимика арқылы көрсету; сурет карталары бойынша «ол бала қандай күйде тұр?», «ол неге қуанып немесе ренжіп тұрған болуы мүмкін?» деген сұрақтар қою; ертегі кейіпкерлерінің сезімдері туралы әңгімелесу. Бұндай жұмыстар балалардың эмоция сөздігін байытып, эмоциялық жағдайды себеп-салдарымен байланыстыру дағдыларын дамытады.

Эмоцияны тану мен атау тіл дамуы мен логикалық ойлауды да қолдайды: бала «мен қазір ренжідім, өйткені...», «мен қуаныштымын, себебі...» деген құрылымдарды қолдана отырып, себеп-салдарлық байланыстарды құрастырады. Арт және құм терапиясы элементтерін қолдану – баланың ішкі күйін бейнелеу арқылы жұмсақ түрде шығаруға, әсіресе вербалды дағдылары әлсіз балалармен жұмыс істеуде өте пайдалы. Эмоционалдық интеллектті дамытуға арналған арт және құм терапиясы туралы әдістемелік материалдарда сурет салу, ермексазбен, құммен ойнау кезінде бала өз уайымын символдық бейнелер арқылы білдіріп, тәрбиешінің нәзік сұрақтары мен қолдауы арқылы оны сөзге айналдыратыны көрсетілген. Осылайша, ойын мен шығармашылық жұмыс эмоцияны тануды, атауды, түсінуді және біртіндеп реттеуді қамтамасыз ететін негізгі құралға айналады.

Эмпатия мен әлеуметтік дағдыларды бірлескен әрекет арқылы қалыптастыру

Эмоционалдық интеллектінің маңызды компоненттерінің бірі – эмпатия, яғни басқа адамның сезімін сезіне алу, оны түсінуге талпыну. Балабақшада эмпатияны дамыту үшін мен балаларды бір-бірін тыңдауға, қолдауға, сыйлауға үйрететін түрлі топтық әрекеттер ұйымдастырамын: шеңберде әр бала өзінің көңіл-күйін қысқаша айтып, жанындағы досы оның сөзіне жылы жауап береді; серіктеспен жұптасып жұмыс істеу кезінде «досыңа көмектесіп көр», «ол не сезініп тұрғанын ойла» деген тапсырмалар беремін. Bilimgger.kz және Bilimdiler.kz платформаларындағы материалдарда рөлдік ойындар, театрландырылған көріністер, бірлескен шығармашылық жобалардың балалардың эмоциялық және әлеуметтік дамуына оң әсері атап өтіледі.

Эмпатияны дамыту үшін мен көбіне нақты өмірден алынған немесе ертегі желісіндегі

моральдық жағдаяттарды қолданамын: мысалы, бір бала ойыншықпен бөліспегенде, біз бүкіл топ болып «досың қандай сезімде қалды деп ойлайсың?», «сен оның орнында болсаң, не істер едің?» деген сұрақтар арқылы жағдайды талдаймыз. Балалар басында өз мүддесін ғана алға тартса, біртіндеп өз сөзі мен әрекетінің басқаға әсерін ойлауға дағдыланады. Эмоциялық интеллект деңгейінің төмендігі – өз сезімін ғана ойлап, өзгелердің күйіне назар аудармау, жағдайды басқаның көзімен елестете алмаумен байланысты екені қазақ тіліндегі танымдық мақалаларда да жан-жақты сипатталған. Сондықтан эмоцияны тану жұмысы тек жеке сезім төңірегінде емес, өзгелердің эмоциясын түсіну дағдысымен міндетті түрде ұштасуы керек.

Баланың өзін-өзі реттеу дағдыларын қалыптастыру: қиын эмоциялармен жұмыс

Эмоцияны тану мен эмпатияны дамыту қаншалықты маңызды болса, өзін-өзі реттеу – соншалықты күрделі, бірақ аса қажет компонент. Мектепке дейінгі жаста бала ашуын, қорқынышын, қызғанышын, ренішін басқара алмай, көбіне жылау, айқай, қол жұмсау, затты лақтыру сияқты мінез-құлық арқылы білдіреді. Эмоционалдық интеллектке арналған қазақстандық зерттеулерде өзін-өзі реттеу дағдылары эмоцияларды басқару, импульсті тежеу, жағымсыз эмоцияларды конструктивті әрекеттерге айналдыру қабілетімен байланыстырылып, бұл дағдыларды мақсатты жаттығулар арқылы дамытуға болатыны көрсетіледі.

Тәрбиеші ретінде мен балаларға өз ашуын қауіпсіз түрде шығару тәсілдерін үйретемін: терең және баяу тыныс алу, жастықты қысып ұстау, қағазды жыртып, эмоциясын сурет арқылы көрсету, «ашу бөлмесіне» (белгілі бір тыныш бұрышқа) барып, сабырға келу. Сонымен қатар «егер сен ашулансаң, не істей аласың?», «ренжігенде кімнен көмек сұрай аласың?» деген алдын ала талқылаулар, рөлдік ойындар арқылы қиын эмоция жағдайларына дайындық жүргіземіз. Педагогтер мен психологтар үшін әзірленген әдістемелік құралдарда эмоционалдық интеллектті дамыту алгоритмдері, эмоцияны реттеуге арналған практикалық техникалар егжей-тегжей сипатталып, балабақша тәжірибесіне енгізудің маңыздылығы ерекше атап өтіледі. Осындай жүйелі жаттығулардың нәтижесінде балалар уақыт өте келе «мен қазір ашуландым, тынышталу үшін біраз дем алайын» деп, өз күйін саналы түрде реттеуге қадам жасайды.

Отбасы мен балабақша серіктестігі және эмоционалдық дамуды мониторингтеу

Балалардың эмоционалдық интеллектісін дамытуда балабақша мен отбасының серіктестігі шешуші рөл атқарады, себебі бала күннің бір бөлігін балабақшада, едәуір бөлігін отбасында өткізеді және екі ортадағы эмоционалдық мәдениет бір-бірін толықтырып, нығайтып отыруы қажет. Мен ата-аналар жиналыстарында эмоционалдық интеллект ұғымын түсіндіріп, оның бала өміріндегі маңызын мысалдар арқылы көрсетіп,

үйде қолдануға болатын қарапайым әдістерді ұсынамын: баламен күні бойындағы сезімдері туралы әңгімелесу, эмоцияларға атау беру, «эмоция күнделігін» жүргізу, отбасы мүшелерінің бір-біріне жылы сөз айту дәстүрін қалыптастыру. Bilimgger.kz және басқа қазақстандық ресурстарда ата-аналарға арналған осындай ұсыныстар жиі беріліп, баланың эмоциялық әлемін дамыту – тек балабақша міндеті емес, отбасының да ортақ жауапкершілігі екені баса айтылады.

Эмоционалдық дамуды мониторингтеу үшін мен әр балаға қатысты қысқаша бақылау жазбаларын жүргіземін: белгілі бір кезеңде оның эмоцияны тану, атау, реттеу, эмпатия деңгейлеріндегі өзгерістерін белгілеп отырамын, қажет болған жағдайда психологпен, логопедпен, дефектологпен бірлесе талқылаймын. Ғылыми мақалаларда балалардың эмоционалдық интеллектісін бағалауға арналған бейімделген сауалнамалар мен бақылау шкалалары сипатталып, оларды мектепке дейінгі ұйымдар жағдайында қолдану тәжірибесі баяндалады. Мұндай кешенді тәсіл, яғни педагогикалық бақылау, кәсіби бағалау құралдары және ата-анамен кері байланыс эмоционалдық дамудың динамикасын көруге, дер кезінде қолдау көрсетуге және әр балаға жеке траектория құруға мүмкіндік береді.

Қорытынды

Балалардың эмоционалдық интеллектісін дамыту – мектепке дейінгі ұйымдардағы тәрбие-тәрбие үдерісінің өзегі болуы тиіс күрделі, бірақ нәтижесі өте маңызды бағыт. Эмоцияны тану, атау, түсіну, эмпатия, өзін-өзі реттеу және конструктивті қарым-қатынас дағдылары қалыптасқан бала өз сезімін қауіпсіз түрде білдіре алатын, өзгенің сезіміне құрметпен қарайтын, жанжалдарды диалог арқылы шеше алатын, оқу мен өмірдегі қиындықтарға төзімді тұлға ретінде өседі. Қазақстандық ғылыми және әдістемелік әдебиеттер эмоционалдық интеллектінің баланың психологиялық әл-ауқаты, әлеуметтік бейімделуі, кейінгі оқу жетістіктері үшін шешуші фактор екенін айқын көрсетеді.

Балабақша тәрбиешісі ретінде мен үшін эмоциялық интеллектіні дамыту жұмысы үш негізгі бағытта жүзеге асады: біріншіден, өз эмоциямды түсініп, кәсіби рефлексия арқылы жеке эмоционалдық құзыреттілігімді арттыру; екіншіден, топта эмоционалдық қауіпсіз, қолдаушы климат құрып, күнделікті ойын, әңгіме, арт және құм терапиясы, музыка, рөлдік әрекеттер арқылы балалардың эмоцияны тану, эмпатия, өзін-өзі реттеу дағдыларын жүйелі дамыту; үшіншіден, ата-анамен серіктестікті нығайтып, эмоционалдық мәдениетті отбасы мен балабақшада бірдей қолдау. Болашақта балабақша тәжірибесіне эмоционалдық интеллектіні цифрлық ойындар, интерактивті қосымшалар, онлайн-платформалар арқылы дамытудың қазақстандық моделін енгізу, сондай-ақ ұлттық құндылықтар мен халықтық педагогика элементтерін эмоционалдық тәрбиемен ұштастыру бағытындағы зерттеулерді тереңдету өзекті деп есептеймін.

Пайдаланылған әдебиеттер

1. **Балалардың эмоциялық интеллектісін дамыту әдістері.** – Bilimger.kz ақпараттық-танымдық білім порталы. – 2025.
Қолжетімді: <https://bilimger.kz/177073/> Bilimger.kz
2. **Эмоционалдық интеллект деңгейінің төмендігін қалай анықтауға болады.** – Bilim-all.kz танымдық порталы. – 2017.
Қолжетімді:
<https://bilim-all.kz/article/5176-Emotsionaldyq-intellekt-dengeiinin-tomendigin-qalai-anuqtauga-bolady> Білім — All
3. **Баланың эмоциялық интеллектісін дамытуда тәрбиешінің рөлі.** – Bilimger.kz ақпараттық-танымдық білім порталы. – 2025.
Қолжетімді: <https://bilimger.kz/183791/> Bilimger.kz+1
4. Аубәкір А.С., Нуркатова М.М. **Эмоционалды интеллект: теориялық негіздері мен зерттелу жағдайы.** – KazNU Bulletin. Психология және социология сериясы, 2021.
Қолжетімді:
<https://bulletin-psysoc.kaznu.kz/index.php/1-psy/article/download/1536/928/3430>
Бюллетень Психология және Әлеуметтану
5. **Арт және құм терапиясы: баланың сөйлеу қабілеті мен эмоционалдық интеллектін дамыту құралы.** – Bilimger.kz ақпараттық-танымдық білім порталы. – 2025.
Қолжетімді: <https://bilimger.kz/183246/> Bilimger.kz+1
6. **Балабақшадағы музыкалық тәрбие: Баланың жан-жақты дамуына әсері.** – Bilimger.kz ақпараттық-танымдық білім порталы. – 2025.
Қолжетімді: <https://bilimger.kz/174699/> Bilimger.kz
7. Абдиалимова Г.А., Нұрадин Г.Б. **Эмоционалдық интеллект және оны оқу процесінде қалыптастыру қажеттілігі.** – Dulaty University Хабаршысы, №1, 2021, 78-89 бб.
Қолжетімді: <https://journals.dulaty.kz/images/archive/dulaty/num1/78-89.pdf>
journals.dulaty.kz
8. **Жоба: «Эмоционалды интеллектті дамытудың тәжірибелік техникалары».** – Педагогтер және психологтар Академиясы, Алматы, 2023.
Қолжетімді:
https://academiya.kz/wp-content/uploads/2024/09/emocionaldy-intellektti-damyudy-u%D2%A3-t%D3%99zhibelik-tehnikalary_watermark.pdf Академия

© 2026 Bilimger.kz Ақпараттық-танымдық білім порталы. Барлық мазмұн авторлық құқықпен қорғалған.