

БӨЛІМ: UNIVER / ҚАЗҰҚПУ / СТУДЕНТ

## Бастауыш сынып оқушыларының эмоциялық интеллектін дамытудың негізгі ерекшеліктері

ЖАРИЯЛАНДЫ  
15.12.2024

### ТІРЕК СӨЗДЕР

Бастауыш сынып оқушылары, қарым-қатынас дағдылары, ойындар мен жаттығулар, психологиялық тұрақтылық, тәжірибелік сабақтар, эмоционалдық дамудың ерекшеліктері, эмоционалдық интеллект, эмоцияларды басқару, эмоцияларды тану, эмпатия

### СІЛТЕМЕ

<https://bilimger.kz/172894/>

ӘОЖ 373.3/.5:159.9

### Бастауыш сынып оқушыларының эмоциялық интеллектін дамытудың негізгі ерекшеліктері

**Серикова Гулдарига Замировна**

**Сержан Балнұр Турежанқызы**

**Хасенова Аружан Русланқызы**

Қазақ ұлттық қыздар педагогикалық университеті

**Ғылыми жетекшісі:** Философия докторы (PhD), аға оқытушы  
**Иманкулова Ляйля Болаткуловна**

### Аннотациясы

Бұл мақалада бастауыш сынып оқушыларының эмоционалдық интеллектін дамыту ерекшеліктері қарастырылады. Эмоционалдық интеллекттің теориялық негіздері, оның балалардың тұлғалық және әлеуметтік дамуына әсері талданады. Оқушылардың жас ерекшеліктеріне сәйкес эмоцияларды тану, түсіну және басқару қабілеттерін қалыптастыру әдістері сипатталады. Эмоциялық интеллектті дамытуға

бағытталған ойындар, практикалық жаттығулар және тәжірибелік сабақтар оқушылардың өз эмоцияларын түсінуіне және басқалардың сезімдерін сезіне алуына ықпал етеді. Зерттеу нәтижелері эмоционалдық интеллектті дамыту оқушылардың эмпатия деңгейін арттырып, қарым-қатынас жасау дағдыларын нығайтып, олардың психологиялық тұрақтылығын жақсартатынын көрсетті. Мақалада ұсынылған әдістер мен тәсілдер оқыту процесін эмоционалдық сауаттылықты дамыту арқылы жетілдіруге бағытталған.

**Кілт сөздер:** эмоционалдық интеллект, бастауыш сынып оқушылары, эмоцияларды тану, эмоцияларды басқару, эмпатия, эмоционалдық дамудың ерекшеліктері, ойындар мен жаттығулар, тәжірибелік сабақтар, қарым-қатынас дағдылары, психологиялық тұрақтылық.

## Кіріспе

Қазіргі білім беру жүйесінің басты міндеті – оқушыларды жан-жақты дамыған, әлеуметтік бейімделген тұлға ретінде қалыптастыру. Бұл мақсатқа жету үшін тек академиялық білім беру жеткіліксіз, оқушылардың эмоцияларын түсіну және басқару қабілетін дамыту ерекше маңызды. Осы орайда эмоционалдық интеллект ұғымы білім беру саласының негізгі назарында тұр. Эмоционалдық интеллект – адамның өз эмоцияларын тану, басқару және өзгелердің сезімдерін түсіну қабілеті. Бұл қабілет бастауыш сынып оқушылары үшін ерекше мәнге ие, себебі дәл осы кезеңде балалардың тұлғалық және әлеуметтік дағдылары қарқынды түрде қалыптасады.

Бастауыш сынып – баланың эмоциялық әлемінің негізін қалау кезеңі. Бұл уақытта балалар өз сезімдерін түсініп, оларды басқаруды үйрене бастайды. Алайда олардың эмоционалдық дамуы тек табиғи қабілеттеріне ғана емес, сонымен қатар мектептегі білім беру процесінде қолданылатын әдістер мен тәсілдерге байланысты. Эмоционалдық

интеллектті дамыту оқушыларға өз эмоцияларын түсініп, оларды бейтараптандыруға, эмпатия қабілетін арттыруға және сыныптағы қарым-қатынас дағдыларын жақсартуға көмектеседі.

Бұл мақалада бастауыш сынып оқушыларының эмоционалдық интеллектін дамыту ерекшеліктері мен тиімді әдістері қарастырылады. Теориялық тұрғыдан эмоционалдық интеллекттің маңызына талдау жасалып, тәжірибелік сабақтар мен жаттығулардың нәтижелері сипатталады. Оқушылардың эмоционалдық сауаттылығын қалыптастыру олардың тек мектептегі жетістіктеріне ғана емес, болашақ өмірінде де табысты болуына негіз бола алады.

## **Эмоционалдық интеллект ұғымы және оның компоненттері**

Эмоционалдық интеллект – бұл адамның өз эмоцияларын түсініп, оларды басқару қабілеті, сондай-ақ өзгелердің эмоцияларын тану және оларға эмпатия жасау қабілеті. Бұл ұғымды алғаш рет 1990 жылы америкалық психологтар Питер Саловей мен Джон Майер ұсынды. Олар эмоционалдық интеллектті «эмоцияларды тану, түсіну, бағалау және басқару қабілеті» ретінде анықтады. Кейінірек бұл ұғымды кеңінен насихаттаған және зерттеген ғалым Даниэль Голман эмоционалдық интеллекттің практикалық маңызын аша отырып, оның компоненттерін анықтады.

### **Эмоционалдық интеллекттің компоненттері**

Даниэль Голман өз зерттеулерінде эмоционалдық интеллектті бес негізгі компонентке бөліп қарастырды:

1. **Өзін-өзі тану** Бұл адамның өз эмоцияларын тану және олардың әсерін түсіну қабілеті. Өзін-өзі тану адамның эмоционалдық тұрақтылығының негізі болып табылады. Мысалы, оқушы сабағында қатесін түсініп, оны түзету үшін өз сезімдерін реттесе, бұл оның өзін-өзі тану қабілетінің жоғары деңгейін көрсетеді.

Голманның пікірінше, өзін-өзі тану – эмоцияларды басқарудың алғашқы қадамы.

2. **Өзін-өзі басқару** Бұл адамның эмоцияларын бақылау және оларды жағдайға сәйкес басқару қабілеті. Мысалы, реніш сезімін сезінген бала оны агрессияға айналдырмай, өз әрекеттерін сабырмен ұйымдастыра білсе, бұл өзін-өзі басқарудың көрінісі. Голманның зерттеулерінде өзін-өзі басқарудың жоғары деңгейі адамды күйзеліс жағдайларында тиімді шешім қабылдауға жетелейтіні дәлелденді.
3. **Мотивация** Эмоционалдық интеллекттегі мотивация – адамның ішкі мотивациясының жоғары болуы, яғни мақсатқа жету үшін өзін ынталандыра білуі. Мысалы, математика сабағында қиын тапсырмадан бас тартпай, оны орындауға тырысу – мотивацияның маңызды көрінісі. Психологтар мотивацияны эмоционалдық интеллекттің табысты болуға ықпал ететін басты элементтерінің бірі деп санайды.
4. **Эмпатия** Бұл компонент адамның басқалардың эмоцияларын тану және түсіну қабілетін қамтиды. Эмпатия қарым-қатынасты жақсартып, өзара түсіністікті нығайтады. Мысалы, сыныпта досының ренжігенін байқап, оны қолдау – эмпатияның жарқын мысалы. Эмпатия деңгейі жоғары адамдар басқа адамдармен сенімді қарым-қатынас орната алады.
5. **Әлеуметтік дағдылар** Бұл адамның өзгелермен тиімді қарым-қатынас құру және топ ішінде өзара әрекеттесу қабілеті. Голманның зерттеулері көрсеткендей, әлеуметтік дағдылар эмоционалдық интеллекттің ең маңызды компоненттерінің бірі, себебі бұл қабілет көшбасшылық қасиеттерді дамытады.

### **Ғылыми дәлелдер**

Эмоционалдық интеллекттің өмірдегі маңызына қатысты көптеген зерттеулер жүргізілген. Гарвард университетінің зерттеулері көрсеткендей, табысты мансап үшін IQ деңгейінен гөрі эмоционалдық

интеллекттің деңгейі маңыздырақ. Бұл зерттеулерде жұмыс орнындағы тиімділік пен көшбасшылық қасиеттер эмоционалдық интеллектпен тікелей байланысты екені анықталды.

Даниэль Голманның еңбектерінде эмоционалдық интеллект деңгейі жоғары адамдардың топтық жұмысқа бейімділігі, жанжалдарды шешудегі қабілеттілігі және күйзеліс жағдайларын жеңе алуы басқаларға қарағанда әлдеқайда жоғары екені көрсетілген.

### **Практикалық мысал**

Мысал ретінде мектептегі жағдайды алуға болады. Бастауыш сынып оқушысы математика сабағында қатесін түсініп, ашуланудың орнына мұғалімнен көмек сұрайды. Бұл оның өзін-өзі басқару және әлеуметтік дағдылар компоненттерін меңгергенін көрсетеді. Егер сыныптасы оған қолдау көрсетсе, бұл эмпатия мен өзара түсіністікті нығайтады.

Эмоционалдық интеллект адамның тұлғалық және әлеуметтік дамуының негізі болып табылады. Оның компоненттері өз эмоцияларын түсінуден бастап, өзгелердің сезімдерін ұғынуға дейінгі қабілеттерді қамтиды. Ғалымдардың зерттеулері эмоционалдық интеллекттің табысты өмір сүру мен қоғамда үйлесімді болудың басты факторы екенін дәлелдеді. Сондықтан эмоционалдық интеллектті дамытуға ерте жастан бастап ерекше көңіл бөлген жөн. Бұл балаларға мектепте ғана емес, болашақ өмірінде де жетістіктерге жетуге көмектеседі.

### **Бастауыш сынып оқушыларының эмоционалдық дамуының ерекшеліктері**

Бастауыш сынып кезеңі – баланың тұлғалық және эмоционалдық дамуының негізі қаланатын маңызды уақыт. Бұл кезеңде балалар өз эмоцияларын тану, түсіну және басқаруды үйренеді. Алайда, олардың эмоционалдық дамуы тұрақсыз әрі сыртқы ортаға тәуелді болады. Мұндай ерекшеліктерді түсіну педагогтар мен ата-аналарға балалардың

жан-жақты дамуына ықпал ететін тиімді әдістерді таңдауға көмектеседі.

### **Эмоционалдық тұрақсыздық және жас ерекшеліктері**

Психолог Л.С. Выготский балалардың дамуының негізі әлеуметтік орта екенін атап өтті. Оның пікірінше, бастауыш сынып оқушыларының эмоционалдық дамуы олардың қоршаған ортамен қарым-қатынасына тікелей байланысты. Бұл кезеңде балалардың эмоциялары тұрақсыз және жиі өзгеріп тұрады. Мысалы, бала сабақта жақсы баға алса, ол қуанып, келесі тапсырмаға ынтамен кіріседі. Ал қателік жіберсе, ренжіп, өзіне сенімділігін жоғалтуы мүмкін. Мұндай жағдайларда мұғалімнің эмоциялық қолдауы өте маңызды.

### **Эмоцияларды тану қабілетінің қалыптасуы**

Бастауыш сынып оқушылары эмоцияларды түсініп, оларды бейнелеуді біртіндеп үйренеді. Америкалық ғалым Пол Экман эмоцияларды тану қабілеті адамның балалық шағында қалыптасатынын анықтаған. Оның зерттеулері бойынша, балалар алты негізгі эмоцияны – қуаныш, реніш, қорқыныш, ашу, таңғалу және жиіркенуді – оңай ажыратады. Дегенмен, күрделі эмоцияларды (қызғаныш, өкініш) түсіну үшін олар көбірек тәжірибе жинақтауы қажет.

#### **Мысал:**

Мұғалім оқушыларға суреттер көрсетіп, әр суреттегі кейіпкердің эмоциясын анықтауды сұрайды. Балалар эмоцияларды сипаттап, өз өмірлерінен ұқсас жағдайларды еске түсіреді. Бұл әдіс олардың эмоцияларды тану қабілетін арттырады.

### **Эмоцияларды басқарудағы қиындықтар**

Бастауыш сынып оқушылары эмоцияларын басқаруда жиі қиындықтарға тап болады. Даниэль Голманның эмоционалдық интеллект теориясы бойынша, балалардың өзін-өзі басқару қабілеті осы кезеңде енді қалыптасады. Олар кейде ашу немесе реніш сезімдерін бақылауда ұстай алмай, өз эмоцияларын қате түрде көрсетуі мүмкін. Бұл дағдыларды дамыту үшін арнайы жаттығулар мен ойындарды қолдану маңызды.

**Мысал:**

Сабақта бір оқушы қателік жібергенде ашуланып, жылауы мүмкін. Мұғалім оған терең тыныс алуды және сабыр сақтауды ұсынады. Бұл баланың өзін-өзі басқару дағдыларын қалыптастыруға көмектеседі.

**Эмпатияның дамуы**

Бастауыш сынып оқушыларының тағы бір маңызды эмоционалдық ерекшелігі – эмпатия сезімінің қалыптасуы. Бұл кезеңде балалар басқа адамдардың эмоцияларын түсініп, оларға жанашырлық таныта бастайды. Эмпатияның дамуы баланың отбасындағы және мектептегі қарым-қатынасқа байланысты. Финляндиядағы мектептерде балаларға эмоциялық дағдыларды үйрететін арнайы бағдарламалар бар, бұл олардың эмпатия және өзара түсіністік қабілеттерін нығайтады.

**Мысал:**

Сыныпта бір оқушы ренжіп отырса, оның достары оны жұбатып, қолдау көрсетеді. Мұндай жағдайлар балалардың эмпатиясын дамытады.

**Ғылыми дәлелдер**

Зерттеулер көрсеткендей, эмоционалдық интеллекттің жоғары деңгейі оқушылардың үлгеріміне оң әсер етеді. Гарвард университетінің зерттеулері бойынша, эмоционалдық сауаттылық баланың академиялық табысына және әлеуметтік бейімделуіне ықпал етеді. Сонымен қатар, эмоционалдық дамуы жоғары оқушылар стресстік жағдайларда сабырлы болып, қиындықтарды жеңіл жеңе алады.

Бастауыш сынып оқушыларының эмоционалдық дамуы – олардың жеке және әлеуметтік жетістіктерінің негізі. Бұл кезеңде эмоцияларды тану, түсіну және басқару дағдыларын дамытуға ерекше көңіл бөлу қажет. Ғалымдардың зерттеулері мен практикалық мысалдар балалардың эмоционалдық дамуын қолдаудың маңыздылығын дәлелдейді. Мұғалімдер мен ата-аналар арнайы әдістер мен тәсілдерді қолдана отырып, балалардың эмоционалдық интеллектін ерте жастан дамыту арқылы олардың болашағына сенімді негіз қалауы мүмкін.

## **Сабақта эмоцияларды тануға арналған жаттығулар**

Эмоцияларды тану – эмоционалдық интеллекттің негізгі компоненттерінің бірі. Бұл қабілет адамның өз сезімдерін түсініп, оларды дұрыс бағытта қолдануына, сондай-ақ басқалардың эмоцияларын ұғынуына мүмкіндік береді. Бастауыш сынып оқушылары үшін эмоцияларды тануға арналған жаттығулардың маңызы ерекше, себебі бұл кезеңде балалардың эмоциялық қабылдау және түсіну қабілеттері белсенді түрде қалыптасады. Сабақ барысында эмоцияларды тану жаттығуларын қолдану олардың эмоционалдық дамуын қолдап, қарым-қатынас дағдыларын жетілдіреді.

### **Эмоцияларды тану жаттығуларының маңызы**

Америкалық ғалым Пол Экман эмоцияларды тану адамның өміріндегі маңызды дағды екенін дәлелдеген. Оның зерттеулері көрсеткендей, адамдар алты негізгі эмоцияны (қуаныш, ашу, реніш, қорқыныш, таңғалу, жиіркену) оңай ажырата алады. Дегенмен, бұл қабілетті ерте жастан бастап дамыту қажет, себебі эмоцияларды тану дағдылары адамның қарым-қатынастағы табыстылығына тікелей әсер етеді.

### **Эмоцияларды тануға арналған жаттығулар**

#### **1. «Эмоцияларды бейнелеу» жаттығуы**

Бұл жаттығу балалардың эмоцияларды визуализациялау және оларды түсіндіру қабілеттерін дамытады. Мұғалім оқушыларға эмоцияларды көрсететін смайликтер немесе суреттер береді. Балалар осы суреттер арқылы эмоцияларды анықтап, сол эмоцияларды қандай жағдайда сезінетіндерін айтып береді.

#### **Мысал:**

Мұғалім: «Бұл суретте кейіпкердің қандай эмоцияны сезінгенін байқадыңдар? Қандай жағдайларда сендер дәл осындай сезімде боласыңдар?»

Оқушы: «Бұл – қуаныш. Мен достарыммен ойнағанда осылай сезінемін.»

### **Ғылыми дәлел:**

Даниэль Голман эмоцияларды түсінуді эмоционалдық интеллекттің маңызды бөлігі деп атаған. Оның пікірінше, эмоцияларды визуализациялау арқылы балалар өз сезімдерін жақсырақ түсіне бастайды.

### **2. «Эмоциялар театры» жаттығуы**

Бұл жаттығу балаларға эмоцияларды рөлдік ойын арқылы бейнелеуге мүмкіндік береді. Мұғалім оқушыларға белгілі бір эмоцияны білдіруді тапсырады, ал басқа балалар оны анықтап, сол эмоцияға байланысты өмірлік жағдайды сипаттайды.

### **Мысал:**

Мұғалім: «Енді біреуіміз таңғалу эмоциясын көрсетсін. Қалғандары бұл эмоцияны қандай жағдайда сезінуі мүмкін екенін айтып берсін.»

Оқушы: «Мен үлкен сыйлық алған кезде осындай таңғалу сезімін бастан өткеремін.»

### **Ғылыми дәлел:**

Ресейлік психолог Л.С. Выготский эмоциялар мен ойлаудың өзара байланысын зерттей отырып, ойын арқылы балалардың эмоцияларды тану қабілеттерінің дамитынын дәлелдеген.

### **3. «Эмоциялар күнделігі» жобасы**

Бұл жаттығу оқушылардың өз эмоцияларын күнделікті бақылап, сипаттауына мүмкіндік береді. Әр бала күн сайын өзінің эмоцияларын жазып, оларды сипаттайды. Апта соңында эмоцияларының қайсысы жиі қайталанғанын талдайды.

### **Мысал:**

Оқушы: «Бүгін мен сабақта қатты қуандым, себебі менің жауабым дұрыс болды. Ал соңында ренжідім, себебі ойын барысында жеңіліп қалдым.»

**Ғылыми дәлел:**

Карл Роджерс балалардың өзін-өзі тануы мен эмоционалдық рефлексиясының маңызды екенін атап өткен. Оның пікірінше, эмоцияларды күнделікке жазу әдісі балалардың өзін-өзі түсінуіне ықпал етеді.

**4. «Сезімдер шеңбері» жаттығуы**

Бұл жаттығуда мұғалім оқушыларды шеңбер жасап тұрғызып, кезекпен белгілі бір эмоцияны атауды сұрайды. Қалған оқушылар ол эмоцияны тануға тырысады және осындай сезімді бастан өткерген жағдайларын бөліседі.

**Мысал:**

Мұғалім: «Мен реніш сезімін айттым. Енді кім ренішті сезінген кезін айтып бере алады?»

Оқушы: «Мен өткен аптада достарым ойында мені таңдамай қойғанда ренжідім.»

**Ғылыми дәлел:**

Эдвард Трондиктің «әлеуметтік интеллект» теориясы балалардың эмоцияларды тану арқылы әлеуметтік дағдыларын жетілдіретінін көрсеткен.

Эмоцияларды тануға арналған жаттығулар – бастауыш сынып оқушыларының эмоционалдық интеллектін дамытудағы маңызды құрал. Мұндай жаттығулар балалардың өз сезімдерін түсініп, оларды дұрыс бейнелеуіне және басқалардың эмоцияларын түсінуіне көмектеседі. Ғалымдардың зерттеулері эмоцияларды тану дағдыларын ерте жастан қалыптастырудың олардың болашақта қарым-қатынас орнатудағы табыстылығына және психологиялық тұрақтылығына ықпал ететінін дәлелдейді. Сондықтан мұндай әдістерді сабақта жүйелі түрде қолдану балалардың жан-жақты дамуына үлес қосады.

## **Эмоцияларды басқаруға арналған ойындар мен әдістемелер**

Эмоцияларды басқару – эмоционалдық интеллекттің маңызды компоненттерінің бірі. Бұл қабілет адамның эмоцияларын бақылап, оларды жағдайға сәйкес бағыттап білуін қамтиды. Бастауыш сынып оқушылары үшін эмоцияларды басқаруды үйрету олардың өз сезімдерін түсініп, күрделі жағдайларда өзін ұстай білуіне ықпал етеді. Мұндай дағдыларды дамытуда ойындар мен арнайы әдістемелер ерекше тиімді. Олар балалардың эмоцияларын шығармашылық тәсілдер арқылы түсініп, жағымсыз эмоцияларды бейтараптандыруға үйретеді.

### **Эмоцияларды басқарудың маңызы**

Даниэль Голман эмоцияларды басқаруды эмоционалдық интеллекттің негізгі элементі деп атады. Оның зерттеулері көрсеткендей, эмоцияларын жақсы басқара алатын адамдар күйзеліс жағдайларында сабыр сақтап, тиімді шешімдер қабылдай алады. Ал бұл қабілеттердің негізі балалық шақта қалыптасады.

Бастауыш сынып оқушылары эмоцияларын тез және тікелей білдіруге бейім: ашулану, ренжу немесе қорқу сәттерінде олар жиі импульсивті әрекет етеді. Сондықтан оларды эмоцияларды басқаруға үйрету – маңызды міндет.

### **Эмоцияларды басқаруға арналған ойындар**

#### **1. «Тыныштық минуты» әдістемесі**

Бұл әдістеме оқушылардың ашу немесе уайым сезімдерін жеңілдетуге көмектеседі.

#### **Жаттығу барысы:**

Мұғалім оқушылардан ыңғайлы орын тауып, терең тыныс алып, көздерін жұмып, өз сезімдерін ойлауды сұрайды. Олар өз эмоцияларын «бұлт» немесе «толқын» ретінде елестетіп, оны қалай жеңуге болатынын бейнелейді.

**Мысал:**

Мұғалім: «Егер реніш сезімін бұлт деп елестетсең, оны қалай жояр едің?»

Оқушы: «Мен бұлтты желмен ұшырып жіберемін.»

**Ғылыми дәлел:**

Тыныс алу әдістері арқылы эмоцияларды басқару нейробиологтардың зерттеулерінде тиімді тәсіл ретінде дәлелденген. Гарвард университетінің зерттеулерінде терең тыныс алу әдістері күйзеліс деңгейін төмендетіп, мидың шешім қабылдау қабілетін жақсартатыны анықталған.

**2. «Санап шығу» ойыны**

Бұл ойын оқушылардың ашу немесе қорқыныш сезімдерін жеңуге көмектеседі.

**Жаттығу барысы:**

Балалар қатты ашуланған немесе қорыққан жағдайда 1-ден 10-ға дейін санау керек. Әр саннан кейін терең тыныс алады. Бұл әдіс эмоцияның қарқынын бәсеңдетеді және баланың сабыр сақтауына көмектеседі.

**Мысал:**

Мұғалім: «Егер сен ашуланып қалсаң, өзіңді қалай тыныштандырап едің?»

Оқушы: «Мен 1-ден 10-ға дейін санап, тыныс аламын.»

**Ғылыми дәлел:**

Психолог Даниэль Кахнеманның зерттеулері адамның эмоциялары мен ойлау қабілетінің бір-біріне тәуелді екенін көрсетеді. Ашуды жеңу үшін санау әдісі баланың эмоциялық жағдайын тұрақтандыруға мүмкіндік береді.

**3. «Эмоцияларды өзгертейік» ойыны**

Бұл ойын балаларға жағымсыз эмоцияларды позитивті ойлар арқылы бейтараптандыруға үйретеді.

### **Жаттығу барысы:**

Мұғалім балалардан жағымсыз жағдайды елестетуді сұрайды. Содан кейін сол жағдайды қалай позитивті жаққа өзгертуге болатынын сұрайды.

### **Мысал:**

Мұғалім: «Егер сенің сүйікті кітабыңды біреу жоғалтып алса, сен не істер едің?»

Оқушы: «Мен оған ренжігеніммен, бірге кітапты іздеуді ұсынар едім.»

### **Ғылыми дәлел:**

Когнитивті психологияда жағымсыз эмоцияларды оң жаққа өзгерту әдісі «рефрейминг» деп аталады. Бұл әдіс балаларға эмоцияларды түсініп, оларды позитивті ойлау арқылы бақылауға көмектеседі.

## **4. «Жай ғана күлімде» ойыны**

Бұл ойын балалардың эмоцияларын оң жаққа бағыттауға арналған.

### **Жаттығу барысы:**

Балалар шеңберге тұрып, бір-біріне күлімсіреп, жағымды сөз айтады. Мысалы, «Сен тамаша доссың» немесе «Сенің күліп тұрғаныңды көру мені қуантады.»

### **Мысал:**

Оқушы: «Сен бүгін маған көмектестің, сондықтан мен саған алғыс айтамын.»

Мұғалім: «Керемет! Күлімдеу және жылы сөздер басқалардың көңіл-күйін жақсартады.»

### **Ғылыми дәлел:**

Америкалық ғалым Барбара Фредриксонның зерттеулері позитивті эмоциялар адамның физикалық және психологиялық әлауқатын жақсартып, күйзелісті төмендететінін көрсеткен.

Эмоцияларды басқаруға арналған ойындар мен әдістемелер балалардың эмоционалдық тұрақтылығын арттыруда тиімді құрал болып табылады. Мұндай жаттығулар оқушыларға жағымсыз эмоцияларды жеңуді үйретіп қана қоймай, олардың өзін-өзі тану, өзін-өзі бақылау және өзгелермен қарым-қатынас жасау қабілеттерін жетілдіреді. Ғалымдардың зерттеулері мен практикалық әдістер эмоционалдық дағдыларды дамыту балалардың психологиялық әлауқатына және өмірдегі табыстылығына айтарлықтай ықпал ететінін дәлелдейді. Осылайша, сабақ барысында эмоцияларды басқару әдістерін қолдану оқушылардың жан-жақты дамуына ықпал етеді.

### **Топтық жұмыстар арқылы эмоционалдық дағдыларды дамыту**

Топтық жұмыс – эмоционалдық интеллектті дамытудағы маңызды әдістердің бірі. Ол оқушыларға бір-бірімен ынтымақтастық орнатып, өз сезімдерін дұрыс білдіруге, басқалардың эмоцияларын түсінуге және топ ішінде тиімді қарым-қатынас жасауға мүмкіндік береді. Бастауыш сынып оқушылары үшін топтық жұмыс тек әлеуметтік дағдыларды қалыптастырып қана қоймай, олардың эмоцияларын басқаруға, эмпатияны дамытуға және өзін-өзі тануға ықпал етеді.

### **Топтық жұмыстың маңызы**

Америкалық ғалым Л.С. Выготскийдің «жақын арадағы даму аймағы» теориясына сәйкес, балалардың когнитивті және эмоционалдық дамуы олардың әлеуметтік қарым-қатынастары арқылы жүзеге асады. Оның пікірінше, топтық жұмыстар балаларға өзара әрекеттесуді үйретіп қана қоймай, олардың эмоциялық дамуын жетілдіреді. Бұл әдіс әсіресе бастауыш сынып кезеңінде тиімді, себебі осы жас шамасында балалардың топтық қарым-қатынасқа деген қызығушылығы артады.

## Топтық жұмыстар арқылы дамитын эмоционалдық дағдылар

1. **Эмпатия**Топтық жұмыс барысында оқушылар басқа балалардың эмоцияларын түсініп, оларға жанашырлық таныта бастайды. Мысалы, бір оқушы топтық тапсырманы орындау кезінде қиналып жатса, оның топтастары көмектесіп, қолдау көрсете алады. Мұндай жағдайлар балалардың эмпатия сезімін дамытуға мүмкіндік береді.

### Ғылыми дәлел:

Психолог Карл Роджерс эмпатияны балалардың қарым-қатынасындағы маңызды дағды деп атап өткен. Оның зерттеулерінде эмпатияны дамытатын орта балалардың тұлғалық және эмоционалдық өсуіне ықпал ететіні дәлелденген.

1. **Өзін-өзі тану және басқару**Топтық жұмыс оқушыларды өз эмоцияларын бақылауға және жағдайға бейімделуге үйретеді. Мысалы, бір топ мүшесі өз пікірін дұрыс жеткізу үшін эмоцияларын сабырмен басқарып, басқалармен үйлесімді жұмыс істеуге тырысады.

### Мысал:

Мұғалім оқушыларға бірлескен сурет салуды тапсырады. Кейбір оқушылар өз идеяларын ұсынғанымен, басқалардың пікірін тыңдап, шешімді бірге қабылдауға тырысады. Бұл оқушылардың өзін-өзі басқару және әлеуметтік қарым-қатынас дағдыларын нығайтады.

1. **Коммуникация және өзара түсіністік**Топтық жұмыстар барысында балалар өз ойларын анық жеткізуді, басқалардың пікірлерін тыңдауды және ортақ шешім қабылдауды үйренеді. Бұл дағды балаларға болашақта түрлі әлеуметтік жағдайларда тиімді қарым-қатынас жасауға көмектеседі.

### Ғылыми дәлел:

Даниэль Голман эмоционалдық интеллекттің маңызды компоненттерінің бірі – әлеуметтік дағдылар деп есептеген. Оның зерттеулері топтық қарым-қатынас арқылы балалардың көшбасшылық, сенім білдіру және ынтымақтастық қабілеттері дамитынын көрсеткен.

### **Топтық жұмыстарға арналған жаттығулар**

1. **«Бірге постер жасау» тапсырмасы** Оқушылар шағын топтарға бөлініп, белгілі бір тақырыпта постер дайындайды. Тапсырма барысында олар идеяларын бөлісіп, рөлдерді өзара бөліп, ортақ нәтижеге жетуге тырысады.

#### **Мысал:**

Мұғалім: «Сендерге табиғатты қорғау туралы постер жасау керек. Топ ішінде кім сурет салады, кім жазуды ұйымдастырады – өздерің шешіңдер.»

2. **«Рөлдік ойын» жаттығуы** Бұл жаттығу балаларды әртүрлі өмірлік жағдайларда эмоцияларын басқаруға және басқалардың сезімдерін түсінуге үйретеді. Әр топқа бір ситуация беріледі, олар сол жағдайды сахналық қойылым ретінде көрсетеді.

#### **Мысал:**

Бір топ досының көңіл-күйін көтеру үшін не істеу керектігін көрсетеді, ал екінші топ ренішті қалай жеңуге болатынын көрсетеді.

3. **«Қолдау шеңбері» жаттығуы** Топ мүшелері кезек-кезек бір оқушыны мадақтайтын немесе оны қолдайтын пікір айтады. Бұл жаттығу балалардың бір-біріне деген құрметін арттырады және эмоционалдық байланысты нығайтады.

#### **Мысал:**

Бір оқушы: «Сен бүгінгі тапсырмада маған көп көмектестің, сен керемет доссың!»

### **Ғылыми дәлелдер және нәтижелер**

Гарвард университетінің зерттеулері көрсеткендей, топтық жұмыс балалардың эмпатия, өзін-өзі басқару және әлеуметтік қарым-қатынас дағдыларын дамытуда маңызды рөл атқарады. Оқушылардың топта жұмыс істеуі олардың өзара сенімін арттырып, әлеуметтік жағдайларға икемделуін жақсартады.

Финляндия мектептерінде топтық жұмыстарға негізделген әдістер кеңінен қолданылады. Бұл елдің білім беру жүйесі балалардың бірлесіп жұмыс істеуіне және эмоционалдық дағдыларды дамытуға бағытталған, нәтижесінде оқушылардың оқу үлгерімі мен психологиялық тұрақтылығы артады.

Топтық жұмыстар бастауыш сынып оқушыларының эмоционалдық интеллектін дамытуда ерекше орын алады. Олар балаларға өз сезімдерін түсініп, оларды дұрыс жеткізуді, басқалардың эмоцияларын қабылдауды және ортақ шешімге келуді үйретеді. Ғалымдардың зерттеулері мен тәжірибелік мысалдар топтық жұмыс әдісінің тиімділігін дәлелдейді. Сондықтан мұндай әдістерді оқу процесінде жүйелі түрде қолдану балалардың жан-жақты дамуына, олардың эмоционалдық тұрақтылығы мен әлеуметтік байланыстарын нығайтуға ықпал етеді.

### **Қорытынды**

Эмоционалдық интеллект – оқушылардың тұлғалық және әлеуметтік дамуының маңызды аспектісі. Бастауыш сынып кезеңінде бұл қабілетті дамыту оқушылардың өз эмоцияларын түсініп, оларды басқаруына, басқалардың сезімдерін ұғынуына және жағымды қарым-қатынас орнатуына мүмкіндік береді. Оқу процесінде қолданылатын ойындар, жаттығулар, топтық жұмыстар мен тәжірибелік әдістер балалардың эмоционалдық дағдыларын жетілдіріп, олардың өмірлік табыстылығын арттыруға ықпал етеді.

Эмоционалдық интеллектті дамытуда сабақта қолданылған әдістердің тиімділігі зерттеулер мен тәжірибелер арқылы дәлелденген.

Ғалымдардың еңбектері оқушылардың эмоционалдық дамуының білім беру процесіне ықпал ететінін көрсетті. Даниэль Голман эмоционалдық интеллекттің адамның кәсіби және жеке өміріндегі табыстылыққа әсерін атап өтсе, Л.С. Выготский балалардың эмоцияларын әлеуметтік өзара әрекеттесу арқылы қалыптастырудың маңыздылығын дәлелдеген. Бұл зерттеулер бастауыш сынып оқушылары үшін эмоционалдық интеллектті ерте жастан дамытудың қажеттілігін көрсетеді.

Практикалық жұмыстар нәтижесінде балалардың эмоцияларды тану, түсіну және басқару қабілеттері жақсарып, олардың эмпатия деңгейі артты. Сабақ барысында алынған дағдылар балаларға мектепте ғана емес, өмірде де қажет болады. Эмоционалдық интеллектті дамыту – тек білім беру саласының міндеті емес, сонымен қатар ата-аналар мен қоғамның да ортақ жауапкершілігі.

Эмоционалдық интеллекттің маңыздылығын ескере отырып, мұғалімдер мен ата-аналар арнайы әдістер мен тәсілдерді тұрақты түрде қолдануы қажет. Бұл балалардың эмоционалдық тұрақтылығын арттырып қана қоймай, олардың психологиялық әл-ауқаты мен болашақтағы табыстылығын қамтамасыз етеді.

### **Пайдаланылған әдебиеттер**

1. Голман, Д. *Эмоционалдық интеллект: Неге ол IQ-дан маңызды?* – Алматы: Мектеп баспасы, 2020.
2. Выготский, Л.С. *Психология развития ребенка.* – Мәскеу: Педагогика, 1984.
3. Экман, П. *Emotions Revealed: Recognizing Faces and Feelings to Improve Communication and Emotional Life.* – New York: Owl Books, 2003.
4. Роджерс, К. *Личностно-ориентированное обучение в образовательном процессе.* – Санкт-Петербург: Питер, 2001.
5. Финляндия білім беру жүйесі туралы деректер: *Finland Education Hub* – <https://www.finlandeducationhub.fi>
6. *Harvard Business Review. Emotional Intelligence in Leadership.* –

<https://hbr.org>

7. *OECD. Social and Emotional Skills in Education.* –

<https://www.oecd.org/education>

**ҚМ АА** Күәлік нөмірі: **KZ45VPY00102718** — ҚР Мәдениет және Ақпарат министрлігі

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