

VAIKŲ EMOCINIO INTELEKTO UGDYMAS  
PASVALIO LOPŠELYJE – DARŽELYJE  
„LIEPAITĖ“

**2018 m.**

A. Tamošiūnienė

S. Bagdonienė

R. Milašienė




E – Empatija  
M – Motyvacija  
O – Optimizmas  
C – Civilizuotumas  
I – Individualumas  
J – Jautrumas (sau ir kitiems)  
O – Objektyvumas  
S – Socialumas


## EMOCINIS INTELEKTAS

Terminas „emocinis intelektas“ (EQ) pirmą kartą pavartotas 1990 m. Jis buvo pasitelktas apibūdinti sėkmę lemiančioms savybėms: empatijai, jausmų supratimui, išraiškai, valdymui, gebėjimui prisitaikyti, patikimui kitiems, atkaklumui, pagarbai ir kt.






Dauguma mokslininkų sutinka, kad emocinį intelektą sudaro socialiniai ir emociniai įgūdžiai, kurie padeda atpažinti, įsisąmoninti ir valdyti jausmus. Naujausi tyrimai patvirtina, kad emocinių įgūdžių turintys vaikai yra laimingesni, labiau savimi pasitiki, jiems geriau sekasi mokykloje.




Emocinis intelektas – tai gebėjimas suprasti savo bei kito jausmus, jog galėtume gerai sutarti su kitais žmonėmis. Ekspertai nustatė, jog emocinis intelektas, tai stipriausias faktorius, nuo kurio priklauso, kiek laimingi būsime gyvenime. Jei norime ugdyti vaiko emocinį intelektą, turime padėti išmokti įvardinti savo jausmus, vėliau išmokyti kaip rasti efektyvų sprendimą.

Emocinio intelekto lavinimas vaikystėje padeda susirasti draugų ir puoselėti draugystę, sėkmingai įsitraukti į grupę, inicijuoti pokalbį, išklausyti, atskleisti save, pasipriešinti skriaudėjams, įveikti sunkumus, stresą, išspręsti konfliktus, būti savikritiškam, motyvuoti save sudėtingomis aplinkybėmis, nesidrovėti artumo, atpažinti, valdyti jausmus ir pan. Šie įgūdžiai padeda vaikams tapti atsakingais, rūpestingais ir veiksmingai dirbančiais suaugusiaisiais. Tie patys emocinio intelekto įgūdžiai, lemiantys vaiko populiarumą tarp draugų bei uolumą mokykloje, po daugelio metų jam padės darbe ar sukūrus savo šeimą.



Vaikai, kurių emocinis intelektas aukštesnis, yra socialiesni, linkę bendradarbiauti, optimistiškesni, geriau sprendžia įvairias problemas. Be to, jie geriau elgiasi, yra mažiau impulsyvūs, geriau sekasi akademiniai dalykai. Jie yra laimingesni, turi daugiau draugų, didesnė tikimybė jog gyvenime bus sėkmingi. Taigi pedagogų ir tėvų įtaka yra didžiulė.



Darželis – ta vieta, kurioje vaikai nuolat bendrauja tarpusavyje ir su suaugusiais, tad kur gali būti palankesnės sąlygos mokytis geriau pažinti save ir kitus, bendrauti ir patiems spręsti problemas? Juk svarbu ne tik stiprinti vaikų fizinę sveikatą, bet ir mokyti pasitikėti savimi, bendrauti, susidraugauti, prisitaikyti prie kintančių aplinkybių, įveikti įvairius kasdienius sunkumus.



Vaikų, kaip ir suaugusiųjų, gyvenimas kupinas rūpesčių. Tie rūpesčiai kartais nedideli, greitai išsprendžiami, tačiau kartais tenka išgyventi ir didesnių bėdų. Į pagalbą vaikams atkeliauja Kimočis ir Zipis.

**Kimochis**  
toys with feelings inside





# VIKŠRELIS

KIMOCHIS – Japonų kalboje reiškia JAUSMĄ

Vikšrelis,  
jausmai: laimingas, atstumtas, drąsus.



Vikšrelis yra atidus ir labai atsargus. Jis tikrai protingas, įgudęs kalbėtojas, mokantis išsiaiškinti kiekvieną dalyką iki smulkmenų. Kartais kitų Kimochis draugų galvose tai sukelia tokią painiavą, kad jie net pamiršta, ką ketino nuveikti.

Vikšrelis gyvena meškauogių krūme. Jis turi maudyklą, į kurią nusileidžia vidury svetainės kabančia virve.



Kai oras labai įkaista, visi  
susirenka pasitaškyti Vikšrelio  
maudykloje!

Laimingas Vikšrelio skaičius



2

Mėgstamiausia spalva – rausva.





Jam patinka rozmarinų kvapas  
ir laukinių gėlių medus.



Vikšrelis groja mandolina.

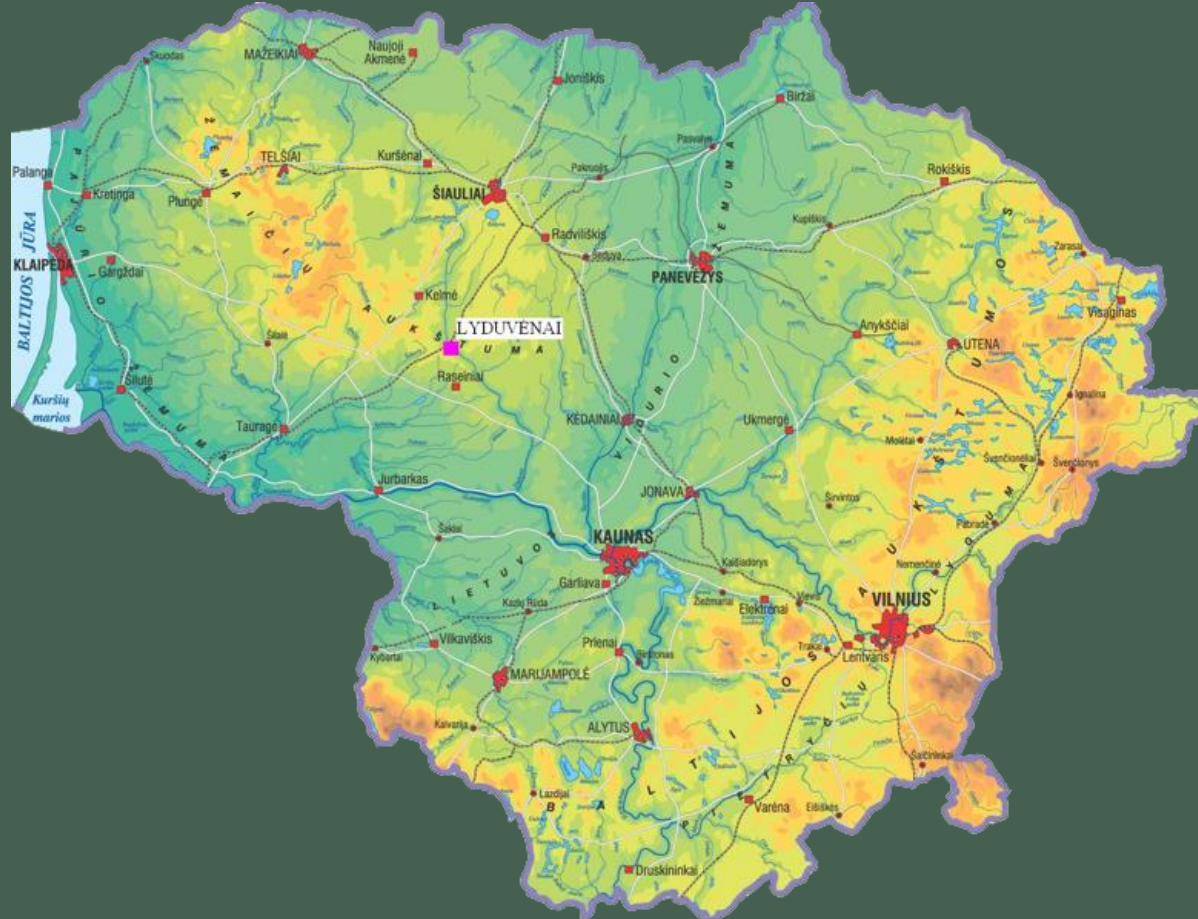


Vikšrelis bijo pokyčių, todėl jam nėra lengva būti vikšreliu. Jis paskutinis išbando naujoves. Nors Vikšrelis ir bijo, jis dažnai slapta svajoja skraidyti.

Vikšrelis yra vikšras, kuris bijo pavirsti drugeliu.

Kai vikšrelis yra išsigandęs ir drovus, jo sparneliai pasislepia.

Vikšreliui patinka nagrinėti žemėlapius, nes jis puikiai gaudosi erdvėje.



Vikšrelis yra puikus mokytojas!

Tai personažas, mokantis vaikus  
kaip įsijungti į žaidimus ir būti  
drąsiais siekiant savo tikslų.



# BALANDĖ MEILĖ

KIMOCHIS – Japonų kalboje reiškia JAUSMĄ

Balandė Meilė, Balandėlė,  
jausmai: viltingas, laimingas, išdidus.



Balandė Meilė yra miela ir rūpestinga.  
Ji moka pašalinti visus nesklandumus.  
Jei Kimochis turėtų vieną mamą, tai būtų  
Balandė Meilė.  
Prie balandės visad malonu prisiglausti.



Ji gyvena rudame lizde pačioje  
japoniško klevo viršūnėje.



Balandės Meilės lizde yra stebuklingas kambarys su stebuklinga čiuožykla, kur Kimochis personažai mėgsta žaisti.



Laimingas Balandės Meilės skaičius



# Mėgstamiausia spalva - citrininė



# Jai patink sveikuoliški užkandžiai

Morkų lazdelės



Razinos su jogurtu



# Virtos sojū pupelēs



Balandė Meilė turi be galo gražų, dainingą balsą.  
Balandė Meilė yra rami, išmintinga, domisi psichologija.  
Jai sekasi spręsti sunkius klausimus, nes ji moka išklausyti.  
Tačiau kartais Balandės Meilės kantrybė išsenka, kai  
padėtis tampa nevaldoma, ji šaižiai sušvilpia ir bando  
vėl atkurti darną.  
Širdies gilumoje Balandė Meilė žino, kad sunku visus  
pamaloninti, tačiau ji vis tiek nuliūsta, kai mato, kad  
kažkas yra apviltas ir nusiminęs.  
Balandė Meilė yra puiki mokytoja!

Balandė Meilė yra maloni ir draugiška su visais Kimochis draugais.







# DEBESĖLIS

KIMOCCHIS – Japonų kalboje reiškia JAUSMĄ

Debesēlis,  
jausmai: laimingas, piktas, liūdņas.



Debesēlis yra šiek tiek nenuspėjamas. Vieną dieną jis laimingas, kitą – piktas, o trečią – kas žino? – gal liūdnas, o gal ir vėl linksmas.



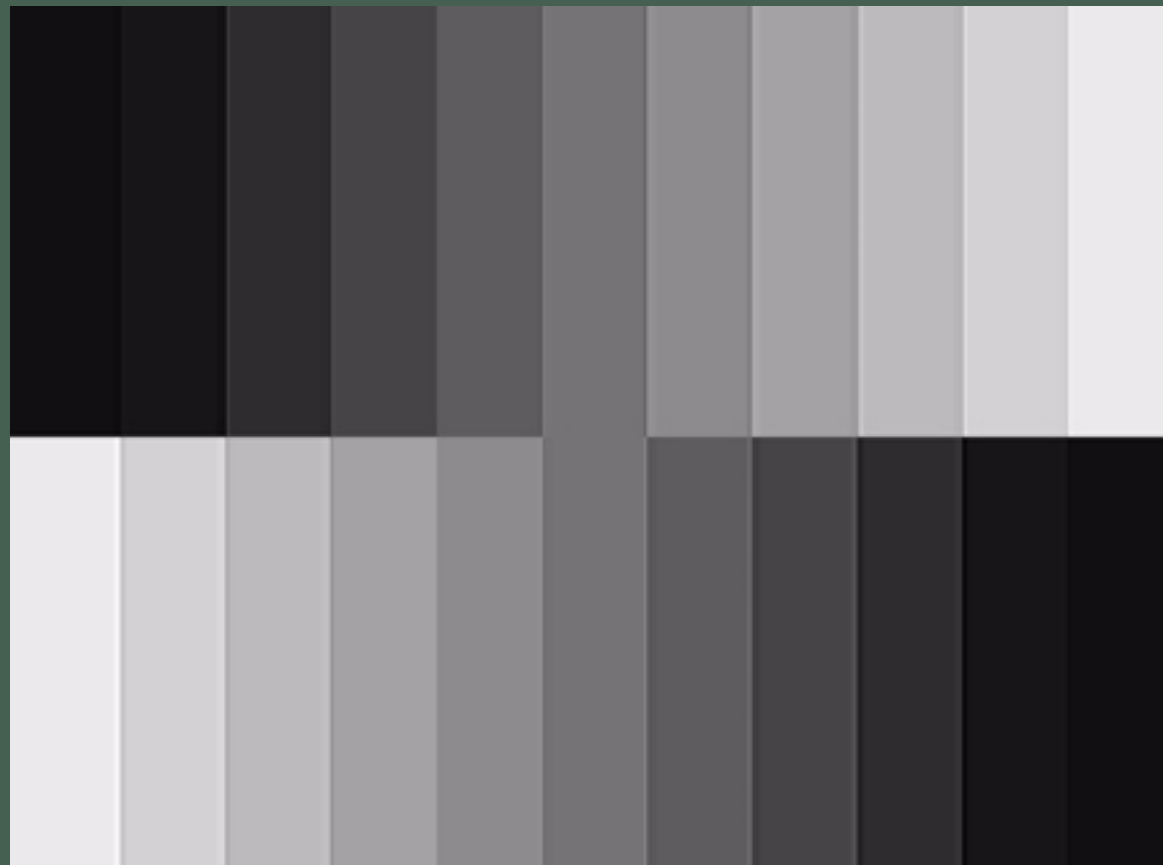
Debesėlis gyvena dideliame danguje,  
mėgsta keliauti Kimochis šalies medžių  
viršūnėmis ir lankyti draugus.



Laimingas Debesėlio skaičius



Mėgstamiausia spalva – pilka, nes ji turi daugybę atspalvių – visai kaip pats Debesėlis.



Jis mėgsta iriskus ir žaliąją arbatą.



Debesėlis negroja jokiū instrumentu,  
tačiau yra puikus klausytojas!



Dėl permainingos nuotaikos Debesėliui kartais būna sunku sutarti su kitais. Kai Debesėlis laimingas ir linksmas, jis skleidžia džiaugsmą ir saulėtą nuotaiką, tačiau kai supyksta – svaidosi žaibais ir lieja lietų. Debesėlis taip elgiasi visai netyčia. Jam tiesiog sunku valdyti jausmus, nors jis ir labai stengiasi.

Kiti jū myli ir palaiko – juk  
Debesēlis yra jū draugas.



Debesėlis – puikus mokytojas!

Jis padeda vaikams išmokti naudoti tokį balso toną, veido išraišką ir žodžius, kurie nepaisant nemalonių jausmų padeda išlaikyti pozityvius santykius.

Debesėlio iššūkis yra netinkamas elgesys, kai jis jaučiasi piktas. Jis dažnai pamiršta, kad normalu būti piktu, tačiau negerai būti nemaloniui.



# KATĖ

KIMOCHIS – Japonų kalboje reiškia JAUSMĄ

Katė,  
jausmai: laimingas, smalsus, kaprizingas.



Katė žino, ko, kada ir kodėl nori. Katė moka įtikinti. Kai ji ką nors nusprendžia jos niekas nesustabdys. Kai reikia lyderio, visada galima pasikliauti kate. Katė mėgsta būti atsakinga, bet kartais gali imti nurodinti.

Katė gyvena žydinčios vyšnios medyje. Jai patinka tvarka namuose, ji su malonumu rengia arbatėles.

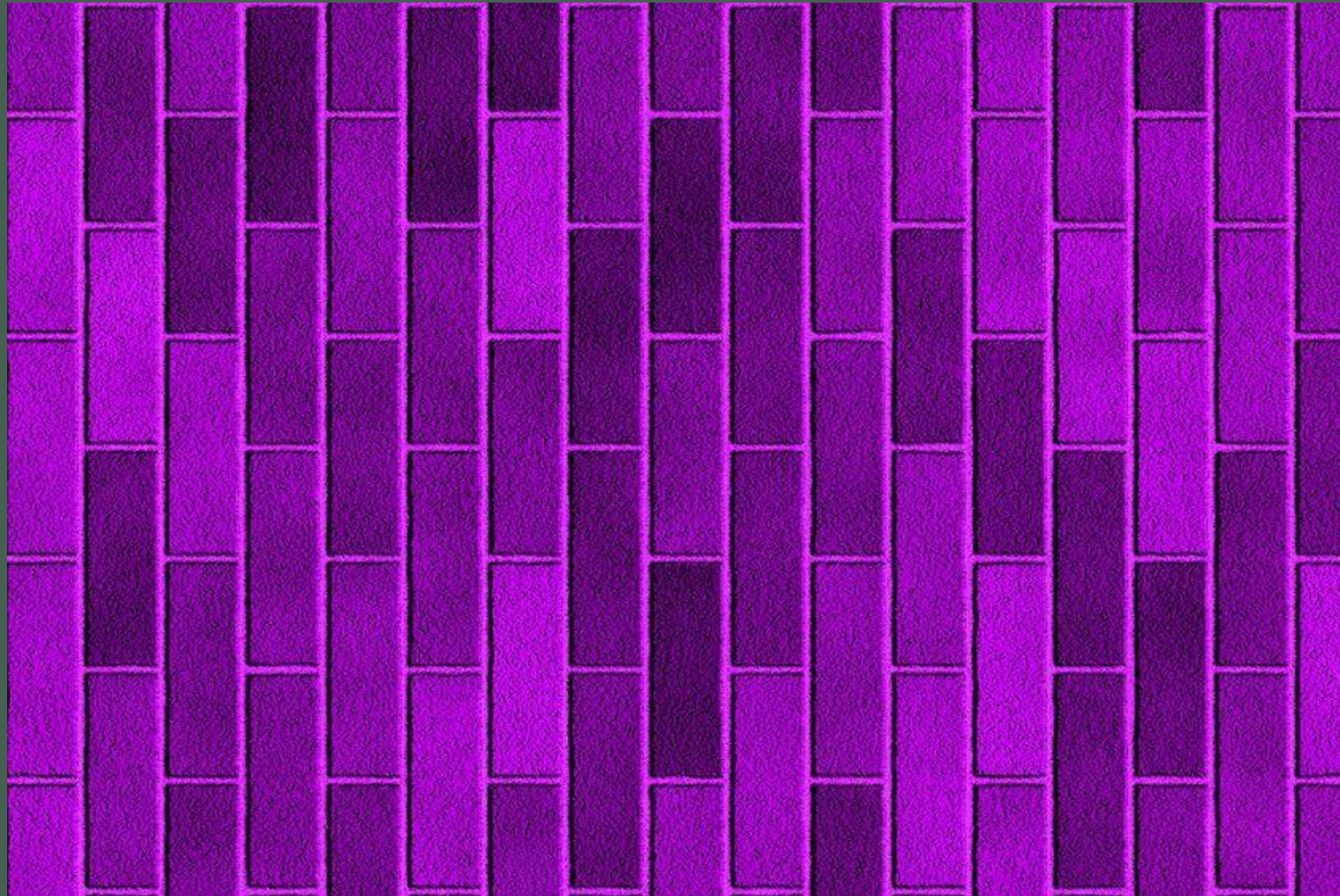


Laimingas jos skaičius

10



Mėgstama spalva – violetinė.



Ji mėgsta kramsnoti migdolų sausainius ir užsigerti šiltu pienu.



Katė kupina staigmenų! Kartais ji atrodo dygi, tačiau iš tikrųjų yra švelni ir minkštaširdė. Kaip jau įtarėte, įprotis nurodinėti gali sukelti daugybę ginčų ir netgi kačių peštynes. O tai gali sužeisti jausmus. Todėl dažnai tenka naudoti pleistrus ir bandyti viską pradėti iš naujo.

Beje, Katei labai patinka pleistrai. Juk jie reiškia, kad žaizda jau gyja. Katė gali pasidalinti savo pleistrais su draugais, kai juos įžeidžia. Mes visi darome klaidas ir Katė mus moko jas pataisyti ir atsiprašyti.



Katė yra puiki mokytoja!

Katė yra personažas, ugdamas  
vaikų kantrybę, atlidumą,  
paslaugumą, priimti saugius ir  
geranoriškus sprendimus.



# LIPŠNIAKOJĚ

KIMOCHIS – Japonų kalboje reiškia JAUSMA

Lipšniakojē,  
jausmai: paikas, irzļus, susijaudinēš.



Lipšniakoje, aišku, visada šypsosi ir nori apsikabinti. Ji tokia meili ir jausminga, kad kartais nesuvaldo draugiškumo. Kai Lipšniakoje neįvertina savo jėgų, ji gali užgožti kitus. Ji visada siekia gero, bet turi išmokti gerbti kitų ribas.

Visada gali pasikliauti Lipšniakoje, jei nori nusišypsoti ar stipriai apsikabinti, kai tau liūdna. Lipšniakoje – puiki draugė, kuri išties tau ranką arba dvi, arba netgi šešias.



# Lipšniakoje gyvena Vikšrelio maudykloje.



Laimingas jos skaičius



8

*Megstamiausia spalva* – rožinė.



Lipšniakoje valgo viską, bet ypač mėgsta kramtomąją gumą.



Lipšniakoje groja metalofonu.



Lipšniakojė yra puiki mokytoja!

Lipšniakojė yra Kimochis grupės gyventoja, kuri padeda sukurti išskirtinę grupę, kur aukštinama tolerancija ir išskirtinumo supratimas.

Lipšniakojė mums padės išmokti susikaupti, nepaisant to, kad kartais aplink kažkas kvailioja ar vyksta kiti įdomūs dalykai.

KALBĒKĪME APIE SAVO JAUSMUS.



**Stenkimės sau  
priminti: „Vaikas  
visuomet mane stebi  
ir iš manęs mokosi“.**

