



DĖMESINGO ĮSISĄMONINIMO METODAI IKIMOKYKLINIO AMŽIAUS VAIKŲ INTELEKTO UGDYME

Viktorija Rios, Edita Ivinkina
Kauno kolegija

*Pranešėjo arba
pranešimui aktualiai
nuotrauka*

Adresas: Kauno kolegija
E. puslapis: www.kaunokolegija.lt
E. paštas: viktorija.rio452@go.kauko.lt
Telefono nr.: +370 67344039
Tyrimų kryptis (-ys): S 006 Psichologija ir S 007 Edukologija¹

Tyrimo tikslas. Atskleisti dėmesingo įsisąmoninimo metodų galimybes vystant emocinį intelektą ikimokyklinio ugdymo įstaigoje.

Tyrimo metodai. Mokslinės literatūros analizė ir pedagogų apklausa žodžiu (interviu), siekiant ištirti ikimokyklinio ugdymo įstaigose taikomus dėmesingo įsisąmoninimo metodus ir jų galimybes emocinio intelekto ugdyme.

Rezultatai ir / arba išvados. COVID-19 pandemija sukėlė pasaulinę krizę, todėl net 8 proc. 5-9 metų pasaulio vaikų patiria vienokių ar kitokių psichikos sveikatos sutrikimus (WHO, 2022). Lietuvos jaunimo organizacijų tarybos 2020 metais atliktas tyrimas apie vaikų ir jaunimo psichinės sveikatos stiprinimą parodė, kad naudojamos priemonės yra orientuotos į intervenciją, o ne prevencines priemones. Pabrėžiama, kad ikimokykliniame amžiuje skiriama nepakankamai dėmesio psichinės sveikatos pagrindams stiprinti, o ikimokyklinės ugdymo įstaigos veikla tiesiogiai lemia šių įgūdžių formavimąsi (LIJOT, 2020). Gera psichologinė savijauta yra gyvybiškai svarbi bendros sveikatos ir gerovės dalis, padedanti funkcionuoti individualiai, šeimoje, bendruomenėje, užmegzti tarpasmeninius santykius, susidoroti su stresu, prisitaikyti prie pokyčių, mokytis, įsisavinti žinias bei produktyviai dirbti (WHO, 2022; LIJOT, 2020). Ikimokykliniame amžiuje būtina sudaryti tinkamas sąlygas psichinei sveikatai stiprinti, kurios pagrindas yra žmogaus emocinis intelektas. Užsienio ikimokyklinių įstaigų geroji patirtis rodo plačias *mindfulness* arba dėmesingo įsisąmoninimo metodų galimybes emocinio intelekto ugdyme, todėl X darželio pedagogų susidomėjimas šiuo tyrimu, suteikė galimybę atskleisti bei praturtinti jų žinias bei įgūdžius.

Originalumas ir praktinis reikšmingumas. X darželio pedagogų apklausa buvo skirta išsiaiškinti jų nuomonę ir patirtį taikant dėmesingo įsisąmoninimo metodus, kad tinkamai parengti ir įgyvendinti edukologinį projektą, skirtą vaikų emocinio intelekto ugdymui dėmesingo įsisąmoninimo metodais.

Reikšminiai žodžiai: dėmesingas įsisąmoninimas, emocinis intelektas, ikimokyklinis amžius, *mindfulness*, vaikai

¹ <https://www.lmt.lt/mokslo-politika/mokslo-ir-meno-sriciu-ir-krypciu-klasifikacija/2321>