


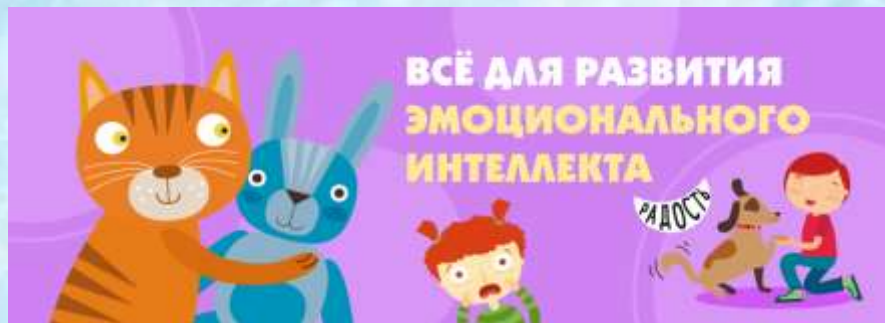



Развития эмоционального интеллекта у детей.

Создала : Еременко С.Л.
воспитатель МБДОУ
комбинированного вида № 60



Эмоциональный интеллект — это способность хорошо понимать свои и чужие эмоции, чувства и переживания, взаимодействовать с окружающим миром и внешними обстоятельствами. Каждому ребёнку очень важно учиться различать эмоции человека с раннего детства.





Когда малыш вырастет, его эмоции тоже меняются. И в этот момент важно, чтобы между родителями и ребенком были доверительные отношения. В дошкольном возрасте откровенные беседы с ребенком позволят узнать, что же творится у него на душе. Сейчас необходимо показать ребенку, что любые его слова не будут использованы против него, что его поймут в любом случае, что вы союзник и поможете решить любую проблему или разъясните любую ситуацию, не осуждая и не ругаясь, даже если ребенок виноват. Умение вести такие откровенные беседы, выслушать, поддержать поможет вам и в будущем, когда вы столкнетесь с трудностями подросткового периода.

Игры на развитие эмоционального интеллекта

- «Кого ты увидел?» Попросите ребенка представить какое-либо животное и очень эмоционально на него отреагировать. Затем предложите ребенку дать название своей эмоции и объяснить причину ее появления. Например, представим собаку, которая виляет хвостом. Это эмоция «радость», потому что собака ластится, она рада видеть человека.



«Я радуюсь, когда...»

Для этой игры вам потребуется мяч. Бросьте ребенку мяч со словами: «Я радуюсь, когда...». Задача ребенка продолжить эту фразу: «Я радуюсь, когда ем шоколадку». Чем больше вариантов наберется – тем лучше. Дальше продолжайте игру уже с другими эмоциями: я грущу, злюсь, удивлен, мне страшно, интересно, стыдно и т.д.



Назови эмоции

«Эмоциональный крокодил»

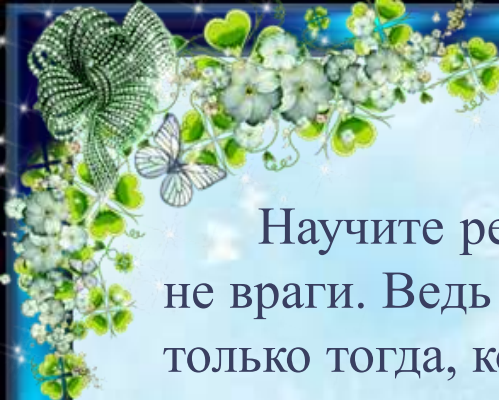
Для этой игры понадобятся пиктограммы или карточки с изображениями эмоций. Сложите карточки рисунками вниз и доставайте по одной, не показывая другим. Задача игрока изобразить нарисованную эмоцию, а угадавший игрок тянет следующую карточку.



«Волшебный мешочек»

Если вы видите, что ребенок злиться, расстроен или обижен на кого-то, то эта игра поможет ему осознать свое эмоциональное состояние и освободиться от нахлынувших негативных эмоций. Возьмите два небольших непрозрачных мешочка и предложите сложить в один из них все отрицательные эмоции – обиду, досаду, злость, грусть. Крепко завяжите этот мешочек и уберите его. Затем возьмите второй «Волшебный мешочек» и попросите ребенка взять из него любые положительные чувства, которые он хочет.





Научите ребенка тому, что наши эмоции – это наши друзья, а не враги. Ведь человек чувствует себя по-настоящему счастливым только тогда, когда понимает и распознает все свои чувства, умеет управлять ими и проживать свои эмоции.

Спасибо за внимание!