РАЗВИТИЕ ЭМОЦИОНАЛЬНОГО ИНТЕЛЛЕКТА ДОШКОЛЬНИКОВ

Эмоции «являются центральным звеном» психической жизни человека, и прежде всего ребёнка…

Л.С. Выготский

УВАЖАЕМЫЕ РОДИТЕЛИ!

Стремясь развить интеллект ребенка, многие уделяют внимание лишь познавательным способностям детей. Однако не стоит забывать о таком важном понятии, как эмоциональный интеллект, то есть умение распознавать свои и чужие эмоции, управлять ими и понимать причину их возникновение. Именно данные способности являются залогом успешной и счастливой жизни человека. Проявление эмоций у дошкольников не ограничивается только радостью и грустью, они могут выражать гнев, удивление, стыд, досаду, восхищение и другие сложные эмоции. Но далеко не всегда они являются осознанными. Дети с недостаточно развитым эмоциональным интеллектом не могут ответить на вопрос, что они чувствуют в данный момент, испытывают трудности в общении. Именно с развитием эмоционального интеллекта связаны способности к сопереживанию и эмпатии.

Упражнения по развитию эмоционального интеллекта для игр в домашних условиях

Разыгрывание сюжетов из жизни. Пример игры: возьмите игрушку зайца и изобразите, что зайка плачет. Попробуйте вместе с ребенком с помощью мимики показать, как зайка плачет. Обсудите, почему он плачет (ему грустно, он обиделся, замерз, болит лапка и т.д.). Придумайте, как можно ему помочь. Такие игры можно начинать уже с двухлетнего возраста. Но обратите внимание, что разыгрываемые ситуации должны быть близки и понятны ребенку. Демонстрация эмоций и их объяснение на простых примерах поможет малышу научиться понимать чувства других людей.

«Угадай эмоцию». Эта игра подойдет для детей старшего дошкольного возраста. С помощью мимики изобразите какую-либо эмоцию и попросите малыша угадать, что вы показываете. Затем ребенок уже сам может быть в роли ведущего и показывать эмоции Вам.

«Руки знакомятся, руки ссорятся, руки мирятся». Это упражнение проводится в парах. Сядьте друг напротив друга и закройте глаза. Смысл игры заключается в том, чтобы выразить эмоции (например, гнев, радость, грусть) при помощи рук.

«На что похоже настроение». Предложите малышу пофантазировать и подумать, на что похоже настроение. Начинать игру лучше взрослому (например, мое настроение похоже на журчащий ручеёк» или «мое настроение похоже на ураган»).