



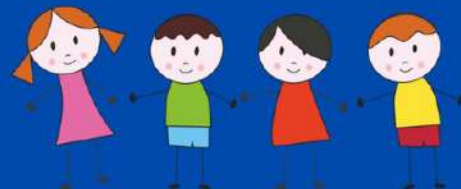
ПОЧЕМУ ВАЖНО РАЗВИВАТЬ ЭМОЦИОНАЛЬНЫЙ ИНТЕЛЛЕКТ У ДЕТЕЙ?



Развитие эмоциональной сферы ребенка облегчает процесс социализации человека, помогая устанавливать здоровые взаимоотношения с другими людьми как в детском, так и во взрослом возрасте.



Ребенок с высоким ЭИ анализируя чужие эмоции, может осознавать намерения и мотивы других людей, тем самым находит не только друзей, но и исключает из своего окружения недоброжелателей и обходит стороной плохие компании, меньше подвержен деструктивному влиянию **извне**.



У ребёнка с высоким ЭИ **нет проблем в общении со сверстниками**, он легко устанавливает контакт с учителями, легче добивается успеха. В перспективе, эмоциональный интеллект позволяет выстроить и здоровые отношения близкими.



Эмоциональная сфера **напрямую** влияет на память, обучаемость, уровень эмпатии, внимание, на физическое и умственное здоровье. Ребенок более **уравновешен** и менее подвержен психосоматическим заболеваниям.



Эмоциональный интеллект **не связан** с уровнем знаний и наличием гениальности, а скорее является основой личностного развития.





КАК РАЗВИВАТЬ ЭМОЦИОНАЛЬНЫЙ ИНТЕЛЛЕКТ ОБУЧАЮЩИХСЯ?



Называйте чувства ребенка:

«Я вижу, что ты переживаешь, ты сильно расстроился?» и называйте свои чувства: «Я волнуюсь, как пройдет урок сегодня».

Это выводит контакт с детьми на другой уровень открытости и взаимодействия.



Применяйте цифровые технологии

– сегодня существует множество виртуальных платформ, на которых дети могут самостоятельно, в безопасной онлайн среде развивать эмоциональный интеллект посредством онлайн заданий, квестов, игр (например, Учи. ру)

Минутки осознанности и отвлечения – можно прямо на уроке вместе с детьми помолчать, поделать дыхательную гимнастику, посмотреть в окно, успокоиться: очистить голову от мыслей.





КАК РАЗВИВАТЬ ЭМОЦИОНАЛЬНЫЙ ИНТЕЛЛЕКТ ОБУЧАЮЩИХСЯ?



Спокойно относитесь к эмоциям ребенка – разрешите выражать все эмоции, но научите делать это вежливо и уважительно, придумайте правила выражения своих эмоций в классе.



Обсуждайте в классе прочитанные книги или просмотренные фильмы – определяйте чувства героев, мотивы их поступков. Обсуждайте сопереживания учеников героям произведений, не забывая высказывать и свое взвешенное мнение педагога.

Задавайте настроение урока – пошутите, расскажите занимательную историю из жизни великих людей, прокомментируйте погоду, расскажите анекдот с глубоким смыслом.



Практикуйте командную работу – чтобы в процесс обучения были вовлечены и замотивированы все обучающиеся в классе, каждый из которых смог бы вынести какой-то новый навык, расскажите историю из жизни какого-либо героя, который справился с какой-то сложной ситуацией.

