

Буклет для родителей

"Развитие эмоционального интеллекта дошкольников"



Шебекино
2020

Способы развить эмоциональный интеллект

- 1 Изучить себя:
свои эмоции и реакции на события
- 2 Поддерживать позитивный
настрой
- 3 Выстраивать социальную сеть
- 4 Слушать окружающих людей,
учиться сопереживанию
- 5 Сохранять спокойствие
в конфликтных ситуациях
- 6 Помогать коллегам без
"выставления счета"
- 7 Читать книги и статьи по теме EQ



Эмоциональный интеллект играет важную роль в жизни и карьере каждого человека. Однако для того, чтобы этот уникальный вид интеллекта проявлялся и сработал, он должен развиваться не путём тренингов и семинаров во взрослой жизни, а ещё в детском саду через осознание дошкольником роли и значимости окружающих его людей.

Эмоциональный интеллект (EQ) – способность человека управлять самим собой и другими людьми.



Выстраивать отношения в любых условиях – смысл развития эмоционального интеллекта.

Что получает каждый из нас в результате развития эмоционального интеллекта

1. Понимание и осознание эмоций освобождает нас от страхов и предрассудков, поэтому нам легче мыслить нестандартно, легче принимать решения.
2. Обладая высоким эмоциональным интеллектом, мы способны вести за собой, т.к. внушаем людям доверие, надёжность, вдохновение.
3. У нас много энергии благодаря эмоциональной гармонии.



Полноценное интеллектуальное и эмоциональное развитие ребенка обеспечивается только за счет поддержки родителей. Они как никто смогут контролировать, корректировать и формировать те личные качества, которые помогут ребенку эффективно взаимодействовать с людьми, адекватно реагировать на ситуации и встающие перед ним задачи.



Помните, что эмоциональное благополучие ребёнка – главное условие его физического и душевного здоровья!