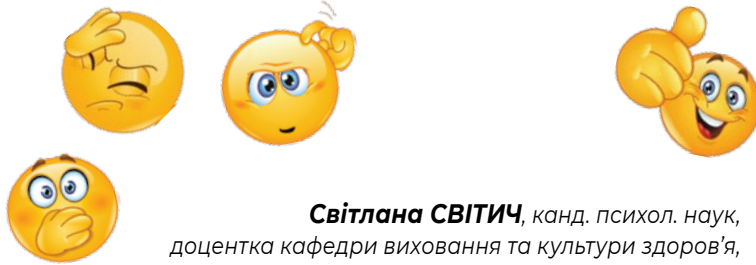




РОЗВИВАЄМО ЕМОЦІЙНИЙ ІНТЕЛЕКТ ДОШКІЛЬНЯТ



Світлана СВІТИЧ, канд. психол. наук,
доцентка кафедри виховання та культури здоров'я,
Дніпровська академія неперервної освіти



Для дітей “покоління Альфа” дуже актуальним є розвиток емоційного інтелекту. Адже умови, у яких вони зростають, не надто сприяють набуттю досвіду розпізнавання емоцій та адекватного реагування на них. Авторка пропонує дієві прийоми формування в дошкільнят цих важливих для щасливого життя в соціумі вмій.

ЩО ОЗНАЧАЄ — ПРАЦЮВАТИ З ЕМОЦІЯМИ?

Не кожна доросла людина здатна розібратися в усіх своїх емоціях і почуттях, а для дитини це завдання ще складніше. Діти не завжди розуміють навіть прості емоції, тим більше важко їм усвідомити ті різноманітні переживання, які виникають в міру розширення їхніх зв'язків із навколишнім світом.

Добре, якщо в сім'ї прийнято ділитися переживаннями, говорити про них, помічати і намагатися зрозуміти емоційний стан одне одного. Тоді й дитина вчиться цього з перших днів життя. Адже основний механізм розвитку емоційної компетентності — наслідування.

Але останнім часом, зокрема у зв'язку зі зменшенням кількості дітей у родинах та збільшенням часу, який малята проводять із гаджетами, спілкування в їхньому житті (а отже, і можливості навчитися виражати свої емоції та розуміти емоції інших) стає все менше.

Що ж маємо робити для подолання цієї небезпечної тенденції? Грати! Адже провідною діяльністю в дошкільному віці є гра, і саме в грі можна цікаво та весело розвивати емоційну компетентність наших малят.

Для запобігання виникненню емоційних проблем і їх подолання необхідно навчити дитину:

- розуміти емоції (власні та інших людей);
- керувати емоціями.

Крок 1. ВЧИМО ДИТИНУ РОЗПІЗНАВАТИ ЕМОЦІЇ

Маємо допомогти малюкові прожити певні емоційні стани, пояснити, що вони означають, дати їх словесне визначення. Таким чином дитина накопичує моменти проживання та фіксації різних емоцій і поступово створює власну “емоційну скарбничку”, за допомогою якої згодом зможе орієнтуватися у власних емоціях, а також в емоціях людей, що її оточують.

Людина розпізнає емоційні стани інших людей за допомогою невербальних сигналів: пози, міміки, жестів, інтонації. Тож в іграх маємо вчити дітей “зчитувати” такі невербальні сигнали і використовувати їх. Розглянемо деякі прийоми, якими можна скористатися.

Розповідання історій та програвання ситуацій

Наприклад, якщо ми говоримо про страх, можна розповісти, а потім програти “в ролях” таку історію: *“Катруся приїхала до бабусі в село. Одного разу, гуляючи на подвір'ї, вона побачила гусака, який шипів і насувався на неї. Дівчинка злякалася і побігла до бабусі. Бабуся обійняла і заспокоїла онучку”.*

Закріплення у грі

Коли ми розібрали певну кількість емоцій, можна повторити і закріпити їх у грі: розповідаємо

ОБЕРІТЬ СВІЙ ФОРМАТ ФАХОВИХ ВИДАНЬ



ЕЛЕКТРОННІ

ЧИ

ПАПЕРОВІ

- ✓ Пропустили актуальну тему номера?
- ✓ Загубили примірник із потрібними матеріалами?
- ✓ Мрієте читати улюблені фахові видання на своєму гаджеті?

- ✓ Вам до вподоби запах свіжої фарби, шелест сторінок?
- ✓ Збираєте власну бібліотечку, упорядковуючи випуски за темами?
- ✓ Використовуєте наочність в роботі з дітьми?

Купуйте та передплачуйте
ЕЛЕКТРОННІ ВЕРСІЇ на сайті
journals.ua/prof/obrazovanie



Купуйте та передплачуйте
ПАПЕРОВІ ЖУРНАЛИ
на сайті jmil.com.ua/peredplata



**Усе, як ви звикли,
тільки онлайн!**



**Продовжуйте
добрі традиції!**