Структурное подразделение «Детский сад комбинированного вида «Аленький цветочек» МБДОУ "Детский сад "Планета детства"

**Консультация для родителей**

**Развитие эмоционального интеллекта у детей для становления успешной личности**

**Воспитатель: Платонова О. А.**

**п. Комсомольский, 2020**

**Развитие эмоционального интеллекта у детей для становления успешной личности**

 Родители стараются как можно раньше отдать свое чадо на развивающие курсы. К трем годам некоторые мамы и папы начинают требовать от своих малышей знание букв, геометрических фигур, иногда – английского языка. Малая часть взрослых уделяет внимание самому главному – развитию эмоционального интеллекта. От него зависит психическое здоровье в будущем, умение находить общий язык с другими людьми, проявлять свои переживания.

Что такое эмоциональный интеллект

 Эмоциональный интеллект – навыки, позволяющие определять эмоции, понимать намерения других людей. Это и умение управлять своими переживаниями, их проявлениями. Само понятие появилось, когда психологи и другие ученые определили: обычные тесты на интеллект не всегда показывают успешность. Люди, достигшие настоящих высот, оказались способными к эффективному взаимодействию с другими людьми. Они умеют выстраивать эмоциональные связи и благополучно управляют ими.

Победитель Нобелевской премии Даниэл Канеман определил: люди склонны заключать менее выгодные для себя сделки, если будущий партнер вызывает положительные чувства. Обаятельный продавец, например, всегда сможет убедить покупателя сделать больше покупок. Взрослые с развитым EQ имеют все перспективы для получения хорошей должности или высокой зарплаты. Для этого работать нужно начинать в детском возрасте.

Роль родителей в развитии эмоционального интеллекта

Все родители разделяются на две группы. Одни учат своих малышей управлять своими эмоциями и переживаниями, другие – нет. Взрослых первой группы можно назвать «эмоциональными учителями». Они обучают малышей справляться с успехами и падениями, выражать эмоции, используют жизненные ситуации для обучения.

Среди взрослых, которые не занимаются развитием эмоционального интеллекта, есть три категории:

* *Отвергающие*. Они не реагируют на проявление плохих эмоций, слез.
* *Неодобряющие*. Взрослые критикуют малышей за слезы, гнев. Могут за них наказать.
* *Невмешивающиеся*. Такие родители принимают детские чувства, но не учат искать выход из сложившейся ситуации.

Исследования показывают: подавляя эмоции ребенка, поддерживая только «приятные» из них, разделяя переживаемые чувства на приемлемые и неприемлемые, родители блокируют «эмоциональную чуткость» малыша на подсознательном уровне. Например, подавление чувства грусти и печали у мальчиков раннего возраста может стать причиной отсутствия способности к проявлению любви и заботы во взрослой жизни.

Как развить эмоциональный интеллект ребенка

Родители, которые осознают важность работы с переживаниями и чувствами, могут помочь своим малышам и школьника. Родители тоже могут помочь своим детям. В процессе занятий происходит отражение чувств. Первый и осознанный навык – понимание своих эмоций. Для этого нужно проговаривать все чувства, которые испытывает малыш. Их можно сравнивать со сказочными персонажами или природными явлениями.

Процесс развития пойдет быстрее, если взрослые:

* будут показывать свои чувства и озвучивать их;
* побуждать малыша анализировать свое состояние;
* признавать чувства малыша;
* помогать находить определения для обозначения того или иного чувства;
* помогать искать выходы из разных ситуаций и устанавливать границы.

Помогите своим детям стать успешными, любящими и любимыми. Для этого можно просто предложить выполнить задания на указанном выше онлайн-курсе. Они не будут занимать много времени, но результат вы увидите быстро.