

Эмоциональный интеллект (ЭИ, EQ) – способность человека распознавать и корректно выражать свои эмоции, а также понимать чувства других людей.

В наше время никто не сомневается в необходимости обладания эмоциональным интеллектом. Очевидно, что для того, чтобы быть социально успешным, мало обладать запасом знаний, умений и навыков. Важно уметь видеть, замечать, различать свои чувства и чувства других людей. Понимать эффект, который вы производите. Все чаще важно не «что» вы делаете, а «как».



Наш адрес:

г. Углич, ул. 3. Золотовой, д. 42



Контактные телефоны:

8 (48532) 5-05-11; 5 – 31-29

E-MAIL: garmoniy.uglich@mail.ru

Сайт: www.garmoniya.edu-uglich.ru

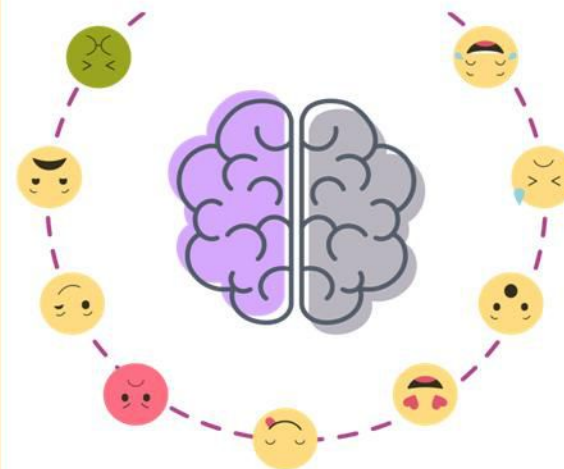
Составитель: Замяткина И.М.

Дизайн и компьютерная вёрстка: Замяткина И.М.



КРАЙТИ

в развитии
эмоционального интеллекта
детей



Взрослые книги про развитие эмоционального интеллекта уже давно пользуются популярностью.

Для детей существуют целые курсы, хотя есть и волшебный по своей простоте способ овладеть эмоциональным интеллектом легко и непринужденно — чтение детям книг с раннего детства.

Книг, в которых происходят события разной переживательной сложности и поляризации. Это действительно отличный способ развить у ребенка эмоциональный интеллект.



В книгах можно найти все: переживание страха, стыда, радости, горя, вины, наивности, мести, злости, гордости, единения. Прочитать, как персонажи переживают эти чувства, в каких случаях люди их испытывают, как справляются и куда эти чувства их ведут. Впитывая эту информацию, не в виде обучения, не в виде скучных лекций, а в виде интересных историй, ребёнок обучается эмоциональному интеллекту, овладевает им.

Таким образом, книги учат эмпатии и способствуют успешной социализации человека.

Чем больше книг вы будете читать сами и своим детям, тем легче будет прокачиваться эмоциональный интеллект всех членов семьи.

Постарайтесь выбирать для детей книги, где есть неоднозначные герои, различные ситуации, эмоции и переживания.



Книги, которые вы можете прочитать:

Родителям:

- ~ Джон Готтман «Эмоциональный интеллект ребенка».
- ~ Сьюзен Дэвид «Эмоциональная гибкость».
- ~ Кэрол Дуэк «Гибкое сознание».

Детям:

- ~ Ришар Марнье, Од Морель «Улыбочку, Красная шапочка! Эмоциональная зарядка для детей»
- ~ Сюзанна Вебер, Сюзанна Гёлих «Паша и папа. Рассказы для семейного чтения».
- ~ Марианна Дюбюк, Ася Петрова «Я не твоя мама».
- ~ Селин Клер, Цинь Лэн, Ася Петрова «Дом».
- ~ Сандра Дикман «Чудо».
- ~ Жорис Шамблен, Орели Нейре «Дневники Вишенки».
- ~ Северин Готье, Клеман Лефевр «Эпифания. Девочка, которая боялась своей тени»
- ~ Дана Симпсон «Фиби и единорог!».
- ~ Крейг Томпсон, Дейв Стюарт «Космические лепешки».
- ~ Люси Мод Монтгомери, Мария Марсден, Бренна Тамлер «Анна с фермы «Зеленые крыши»».