**Как развивать эмоциональный интеллект ребенка?**

 100 лет назад родители хотели, чтобы дети приобрели хорошие манеры и высокое социальное положение, в послевоенные десятилетия люди видели цель в образовании, но сегодня все больше взрослых хотят, чтобы их дети были эмоционально грамотными. Именно эмоциональный интеллект способен сделать Вашего малыша успешным.

 **Рассмотрим несколько способов как развивать эмоциональный интеллект ребенка**.

1. Первым делом нужно ребенка познакомить с существующими эмоциями и одними из лучших помощников в этом деле будут развивающие карточки. Варианты могут быть разнообразные — от смайликов до портретов родственников, либо самого ребенка.
2. Не забываем, что для ребенка лучший способ обучения — это игра. Чтобы весело изучать эмоции, придумайте коротенькие рассказы и подбирайте подходящее лицо для выражения эмоций у мальчика на картинках.
3. Объясняйте ребенку, что чувствуете Вы сами, например, если он Вас огорчил или рассердил. При этом лучше уходить от фразы в третьем лице. Старайтесь говорить «Я расстроена», а не «Мама расстроена». Такая модель с использованием «я» позволяет создавать более тесные и близкие отношения между детьми и родителями.
4. . Читаем книги и обращаем внимание на эмоции, переживаемые героями. Особенно хотела бы порекомендовать в этих целях книги [«Про зайку»](http://www.ozon.ru/context/detail/id/3961020/?partner=masha_potapova&from=bar)  и [«Еще про зайку»](http://www.ozon.ru/context/detail/id/3961019/?partner=masha_potapova&from=bar) для деток в возрасте от 1 года до 3 лет, а также повесть [«Бабушка на яблоне»](http://www.ozon.ru/context/detail/id/7309848/?partner=masha_potapova&from=bar) Миры Лобе, которую переиздали в этом году, для детей по-старше.
5. Справляемся с детскими капризами, истериками, страхами и депрессиями. Да, это не просто и требует мужества от родителей. Но мы должны помогать нашему ребенку понять себя и направить свои эмоции и чувства в конструктивное русло.
6. Рассматриваем картины и обсуждаем, какие чувства вызывают сюжет, краски, тона у ребенка. А что мог чувствовать художник, когда создавал свой шедевр? Поиски ответа на последний вопрос, очень поможет Вашим детям при написании сочинений.
7. Слушаем музыку и учимся распознавать и выражать свои чувства. Для этой цели отлично подойдет прослушивание «Детского альбома» П.И. Чайковского.  Дети очень тонко чувствуют настроение, передаваемое через ноты и звуки, Вы даже удивитесь.

 *Материал подготовила педагог-психолог Ю.А.Гудко*