



**Бондарева Л.А.,
учитель внеурочной деятельности, сказкотерапевт**

**Памятка для родителей
«Как развивать эмоциональный интеллект у младших школьников?»**

Сегодня все больше взрослых хотят, чтобы их дети были эмоционально грамотными. Именно эмоциональный интеллект способен сделать Вашего малыша успешным.

Способы развития эмоционального интеллекта ребенка:

1. Первым делом нужно ребенка *познакомить с существующими эмоциями* и одними из лучших помощников в этом деле будут развивающие карточки. Варианты могут быть разнообразными - 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 хотелось бы порекомендовать в этих целях книги «Бабушка на яблоне» Миры Лобе, сказки «Лиса и журавль», «Заячья избушка», «У страха глаза велики» и др.

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.

