Развитие эмоционального интеллекта у детей старшего дошкольного возраста с ограниченными возможностями здоровья.

В последнее время заметно увеличивается количество воспитанников старшего дошкольного возраста с нарушениями психоэмоционального развития. Явными признаками данных нарушений является: тревожность, агрессия, неустойчивость эмоций, враждебность и т.д. Дети с низким эмоциональным интеллектом не могут отличить правильное поведение от неправильного. У них отсутствует ответственность за свои действия. Все это приводит к невозможности нормального взаимодействия ребенка с окружающим миром. Помогает справиться с данными проблемами работа над формированием эмоционального интеллекта. Эмоциональный интеллект – это способность отслеживать свои эмоции, а так же эмоции и чувства других людей, управлять ими. Например, не поддаваться общей истерике. Вовремя сосредоточится, распознавать опасность, уметь утешить. Эмоциональный интеллект нужно развивать с раннего возраста. Маленькие дети уже с легкостью распознают такие базовые эмоции как: счастье, печаль, грусть, страх. В развитии эмоционального интеллекта у детей с ОВЗ приоритетными задачами являются: - познание атмосферы эмоциональной безопасности - переживание совместных эмоциональных состояний - формировать позитивный образ своего «я» На своих занятиях с детьми имеющими ограниченные возможности здоровья мы используем такие игры на развитие эмоционального интеллекта:

1. «Градусник настроения». Знаете ли вы что настроение можно измерить? В этом поможет специальный градусник (рисунок градусника с отметками 0,5,10). С его помощью можно узнать самим и показать другим, что ты сейчас чувствуешь. Ноль означает плохое настроение, до 5 настроение спокойное, до 10 настроение радостное и веселое. Отметь на картинке уровень своего настроения сейчас.

Выполняя это задание ребенок учится самоконтролю, умению управлять своим эмоциональным состоянием и в зависимости от ситуации изменить его.

1. «Угадай эмоцию». Каждый участник получает задание на выражение эмоции (у каждого своя эмоция на выбор: страх, злость, радость, удивление, гнев). По очереди все участники показывают свою эмоцию, а остальные должны ее угадать. С помощью этой игры дети учатся самостоятельно выражать эмоции, а так же угадывать эмоции у других.
2. «Цвет твоего настроения». Перед ребенком изображение кувшина. В нашем настроении могут перемешаться несколько эмоций и радость и удивление и страх и интерес. Создай свой кувшин с настроением. Возьми цветные карандаши и закрась ими столько пространства в кувшине сколько каждой эмоции в твоем настроении. Разделяя и смешивая эмоции ребенок учится регулировать свое настроение, менять его с помощью добавления нужных составляющих.
3. «Коробочка счастья». Ребенку дается задание придумать свою коробочку счастья и мысленно туда сложить все, что делает его настроение радостным и заставляет чувствовать себя счастливым. Данная игра позволяет ребенку замечать позитивные чувства и развивает не только эмоциональный интеллект, но и воображение.

С помощью этих игр прослеживается положительная динамика в развитии эмоционального интеллекта дошкольников с ограниченными возможностями здоровья. Они становятся более коммуникабельными, уверенными в себе, понимают свои чувства и эмоции, учатся различать их у окружающих, у них развит самоконтроль и целеполагание.