

Семинар-практикум ГМП «Сила творчества»



«Развитие эмоционального интеллекта детей и подростков»



Упражнение

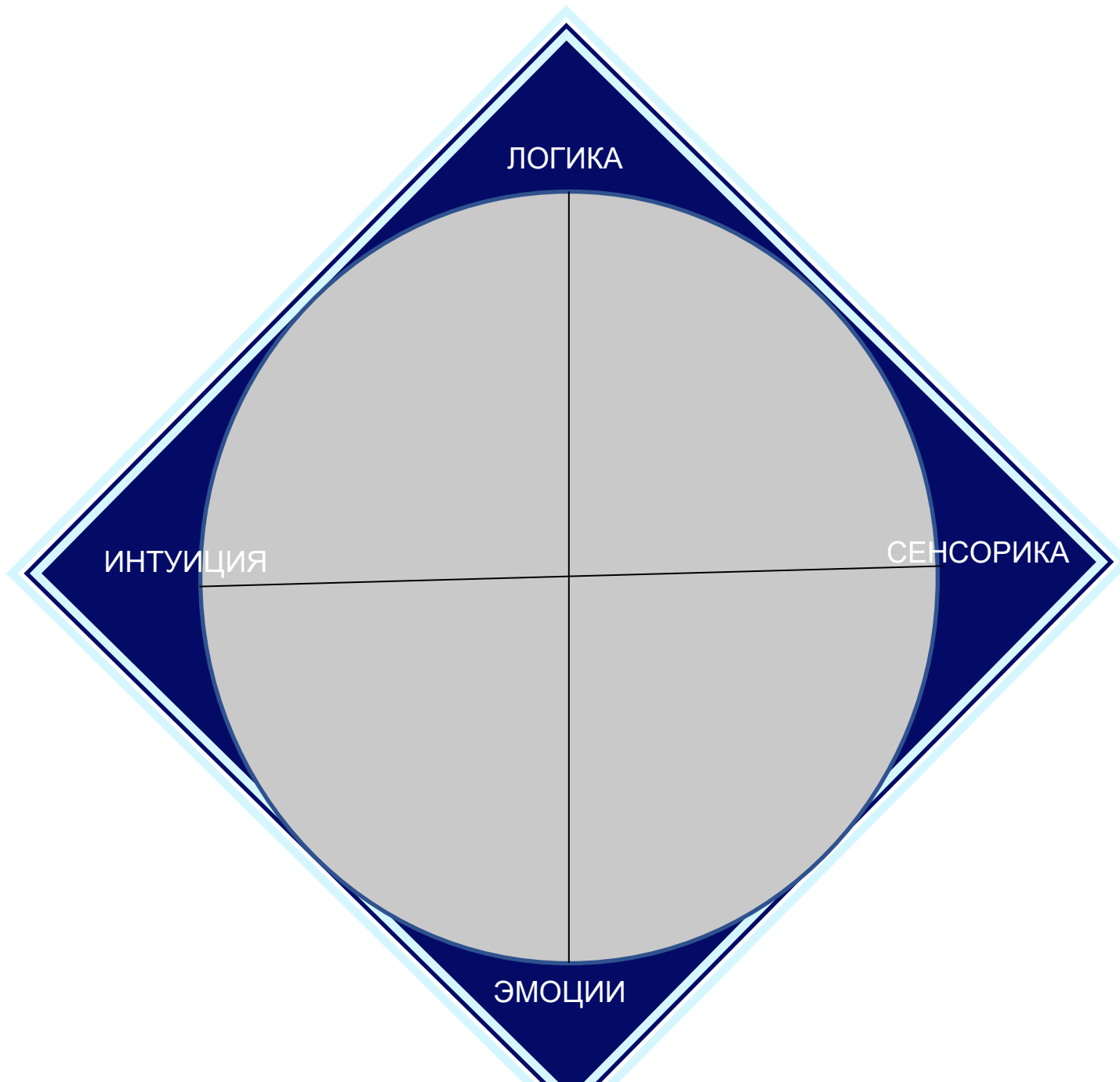
- «Три актуальные эмоции»

Инструкция: записать три актуальные эмоции, которые возникли у вас сегодня утром

1.








• **Эмоциональный интеллект (ЭИ;**
англ. *emotional intelligence*, EI) —
сумма навыков и способностей человека

- распознавать эмоции
- понимать намерения, мотивацию и желания других людей и свои собственные
- управлять своими эмоциями



Число. месяц. Год.

Soft skills

-  **НАДЁЖНОСТЬ**
-  **УПРАВЛЕНИЕ ВРЕМЕНЕМ**
-  **ПОСТАНОВКА ЦЕЛЕЙ**
-  **КОММУНИКАЦИЯ**
-  **КОМАНДНАЯ РАБОТА**
-  **ИСКРЕННОСТЬ**
-  **ГИБКОСТЬ**



Формирование деятельности человека

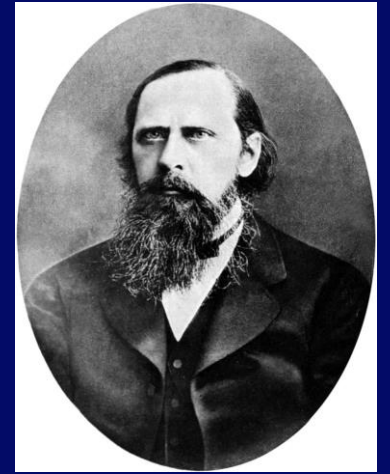
ЭМОЦИЯ

желание

МОТИВ

действие

Осознанность эмоций ведет к осознанности деятельности
(и наоборот...)



“

...Чего-то хотелось, не то конституции, не то севрюжины с хреном....

”

М.Е. Салтыков-Щедрин

Тенденция современной коммуникации

- Экономия времени и энергии при ускорении темпа жизни

- Сокращение лексического запаса , сокращение чтения художественной литературы и времени, затраченного на эстетическое развитие ребенка

- Сокращение уровня осознанности своего состояния ребенка, подростка (не могу назвать - не понимаю)



Упражнение «составляем словарь эмоций»

Инструкция

- Составляем словарь 25 положительных и 25 отрицательных эмоций
- Выбираем три «любимые»
- Находим где они располагаются в теле



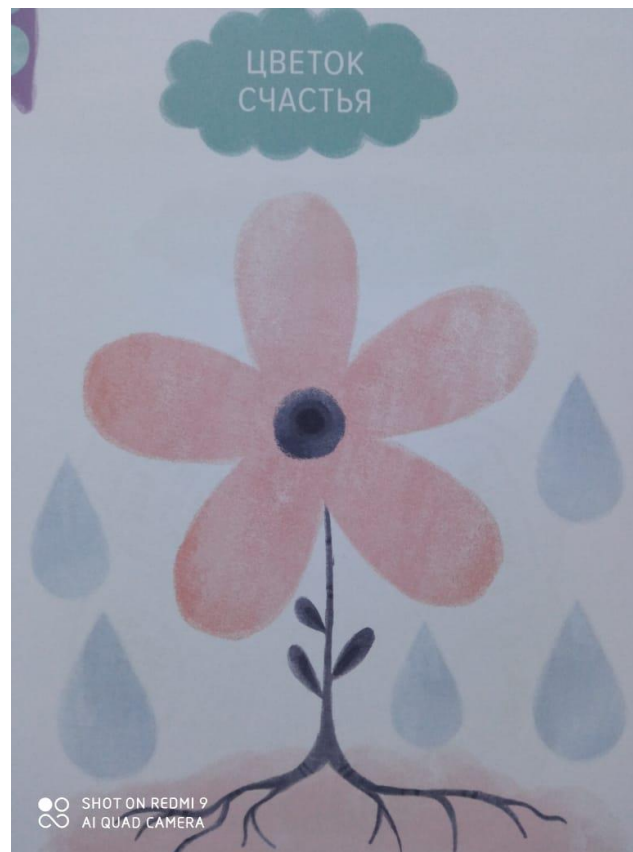


Упражнение «Цветок счастья»

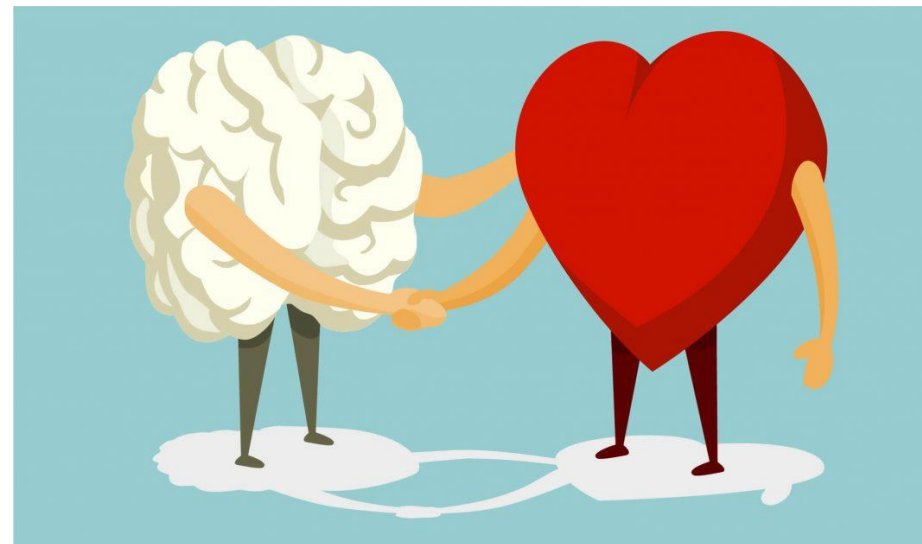
Инструкция:

Рисуем

- цветок с семью лепестками- семью важными положительными чувствами
- Корни, почва- источник ресурса
- капли дождя- что необходимо получить (привнести) для процветания



Подводим итоги



Развивая эмоциональный интеллект подростков, мы расширяем диапазон их деятельности, а следовательно и потенциал социализации и жизненного успеха

