



Развитие эмоционального интеллекта ребенка

Мила Дружинина,

руководитель школы развития эмоционального интеллекта "ЭИ дети"

г. Калининград, ул. Театральная, 35, офис 308

+7 (4012) 50-70-76

e-mail: l.druzhinina@ei-kids.com

СОДЕРЖАНИЕ

Что такое ЭИ

Структура ЭИ в концепции
Йельского университета

Развитие ЭИ детей:
исследования и
результаты

Техники и инструменты
развития

Международная сеть
школ развития
эмоционального
интеллекта «ЭИ дети»





Проблемы современных детей

1

концентрация
внимания

3

социализация

2

поток информации

4

многообразие
выбора



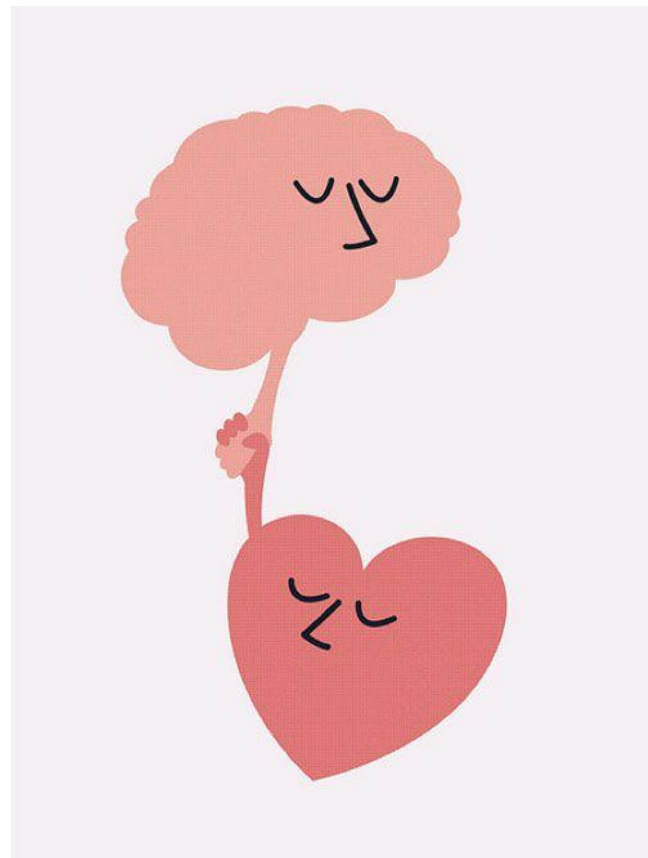
Эмоциональный интеллект – один из важнейших навыков будущего





Эмоциональный интеллект EI EQ

– это четко определяемая и измеряемая способность перерабатывать информацию, содержащуюся в эмоциях, определять значение эмоций, их связи друг с другом, использовать эмоциональную информацию в качестве основы для мышления и принятия решений.





Основатели

1990 г. – открытие
профессоров
Йельского
университета
и Университета
Нью Гемпшир



Mayer J.D.



Salovey P.



Caruso D.



Структура

1

ОСОЗНАНИЕ

Идентификация своих эмоций и эмоций других людей

2

ПОНИМАНИЕ

Понимание и анализ эмоций и причин их возникновения

3

ИСПОЛЬЗОВАНИЕ

Использование эмоций для решения задач

4

УПРАВЛЕНИЕ

Управление своими эмоциями и эмоциями других людей



Мировая практика

Программы развития ЭИ внедряют в образовательные системы Швейцарии, Германии, Франции, США и других стран. Швейцария и некоторые штаты Америки сделали данное обучение частью школьных программ и программ дошкольного образования.





Ученики с НИЗКО развитым ЭИ

- демонстрируют агрессивное поведение;
- имеют проблемы с успеваемостью, с концентрацией внимания;
- чаще подвержены стрессам и эмоциональному выгоранию;
- не демонстрируют интереса к учебе;
- демонстрируют опасное сексуальное поведение;
- злоупотребляют запрещенными веществами (наркотиками);
- реализуют девиантное поведение в большей степени.



Ученики с ВЫСОКО развитым ЭИ

- проявляют эмпатию, понимают чувства других;
- лучше адаптируются к школе, лучше справляются со стрессом;
- устанавливают более крепкие взаимоотношения с родителями и сверстниками;
- в большей степени удовлетворены своей «школьной жизнью»;
- проявляют лидерские навыки;
- менее склонны к тревоге и депрессии, более эффективно управляют эмоциями;
- академически более успешны.



В будущем

1

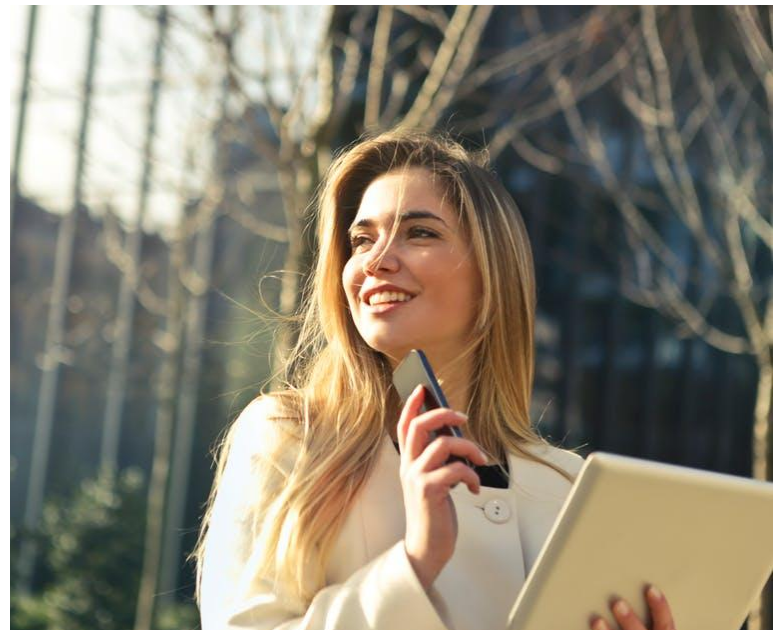
более успешны в профессиональной деятельности, финансово более успешны

2

легче адаптируются в социуме, более востребованы

3

более гармоничны и счастливы, удовлетворены своей жизнью



По результатам исследований Caruso, Brackett et al., 2013 – 2016 -Yale Center for Emotional Intelligence, США; Greenberg - et al., 2007, США; Qualter, Whiteley, Hutchinson, Pope, 2007 - University of Central Lancashire, Великобритания; и др.

ЭИ — важный фактор успешности ребенка в будущем

В 2 раза возрастает
вероятность
поступления
в рейтинговые школы
и университеты

На 50% растет
академическая
успеваемость

На 54% возрастает
вероятность
успешного
окончания
университета

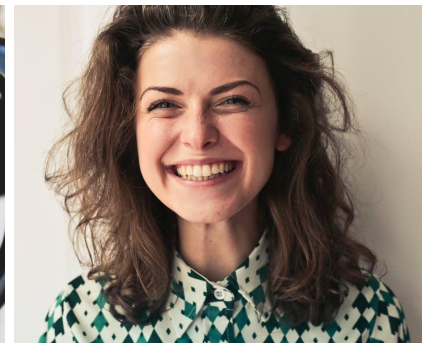
На 46% возрастает
вероятность
получения
высокооплачиваем
ой работы и
карьерного роста





Успешный результат – совместная работа

Родители, преподаватели,
воспитатели, руководители
учебных и воспитательных
учреждений, все играют важную
роль в поддержке развития
эмоционального интеллекта детей.



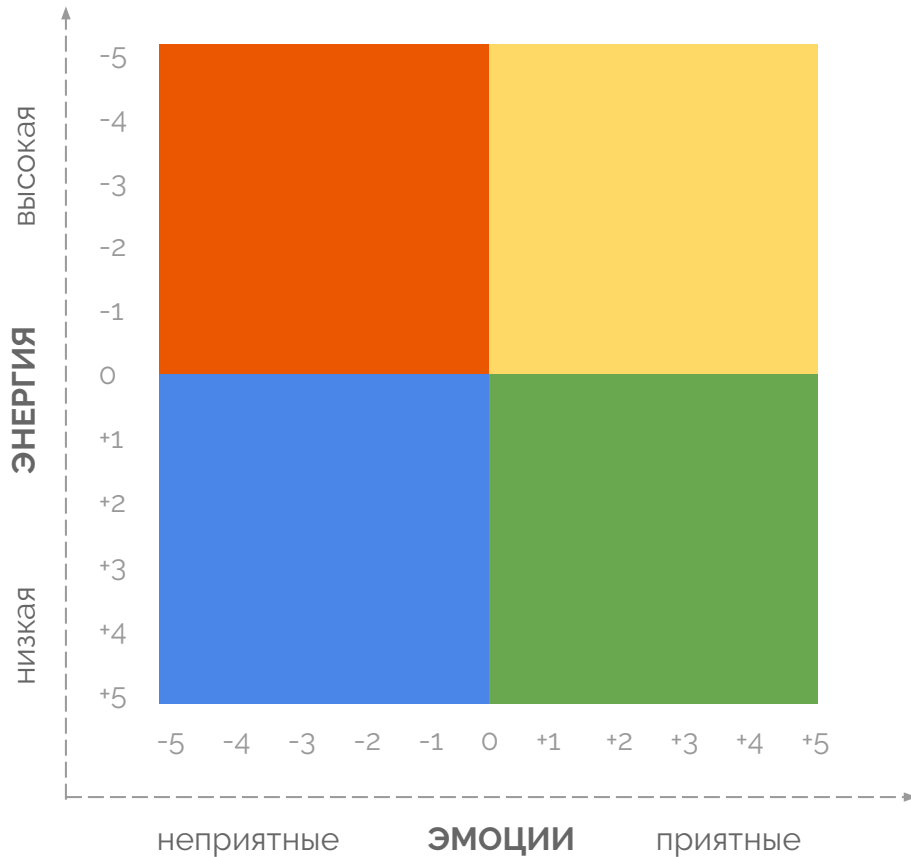


Техники и инструменты

1

Осознание ЭМОЦИЙ

Что вы сейчас чувствуете?





Техники и инструменты

2

Понимание эмоций

У каждой эмоции
свои причины.

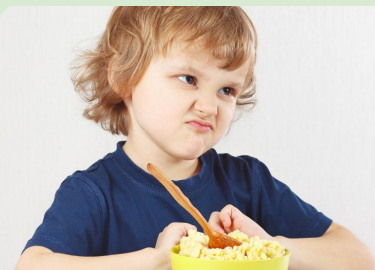


Удивление

Встреча с неожиданностью,
необычностью,
странностью

Отвращение

Защита от опасного,
вредного





Понимание эмоций



Радость

Получение желаемого,
приобретение, обладание



Страх

Угроза

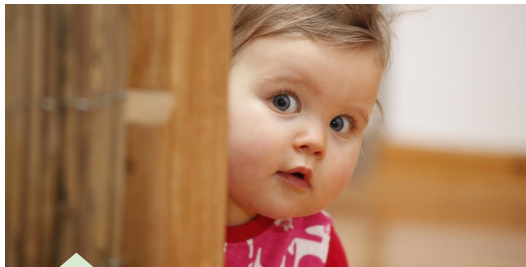
Злость/гнев

Неполучение желаемого,
препятствия





Понимание эмоций



Интерес

Получение
новой информации

Печаль

Потеря, утрата



Скука

Отсутствие новой
информации, монотонность
действий





Техники и инструменты

3

**Использование
ЭМОЦИЙ**

Эффективность деятельности



Бороться за справедливость

Соревноваться

Защищать свою точку зрения

Набираться решимости для
поступка

Узнавать новое

Двигаться
(танцевать, играть)

Придумывать или сочинять

Сотрудничать

Сочувствовать

Проверять (искать ошибки)

Помогать

Оценивать свои достижения

Рисовать

Читать

Слушать музыку

Учить что-либо



Техники и инструменты

4

Управление ЭМОЦИЯМИ

Мудрая Панда по имени Пауза



1. Что-то случилось



2. Мысли и ощущения



3. Стоп



4. Мое лучшее Я



5. Выбор стратегии



6. Успех!



Единственная школа в России с сертифицированной программой обучения эмоциональному интеллекту

В сотрудничестве
с Институтом
психологии РАН



При поддержке
Европейской Ассоциации
культурных и эмоционально-
интеллектуальных проектов
(EACEIP)



При методологической
поддержке профессоров
Йельского университета
и интеграции опыта
швейцарских коллег

Yale



Поддержка мировых экспертов в области развития ЭИ



**Елена
Алексеевна
Сергиенко**
доктор психол. наук,
профессор Института
психологии РАН,
**научный консультант
“ЭИ дети”**



**Дэвид
Карузо**
профессор психологии
Йельского университета,
сооснователь оригинальной
концепции ЭИ,
**научный консультант
“ЭИ дети”**



**Давиде
Антоньяцца**
проф. Университета
прикладных наук
Швейцарии, эксперт с
мировым именем в области
развития ЭИ детей,
**научный консультант
“ЭИ дети”**

Осознанность

1. умение быть внимательным к своим эмоциям и эмоциям других людей
2. умение успокаиваться
3. умение выбирать наилучшие способы реагирования.

Управление эмоциями и поведением

1. умение переходить из одной эмоции в другую
2. умение адекватно вести себя в различных ситуациях,
3. умение разрешать конфликты

Блоки программы

эмоционального интеллекта и социальной компетентности развивают определенные навыки и способности

Эмоции

1. азбука эмоций
2. умение распознавать и выражать эмоции,
3. понимание эмоций, их причин и следствий,
4. понимание полезности каждой эмоции

Физиология эмоций

1. получить представление о структуре мозга
2. умение развивать межполушарное взаимодействие



Уровни программы

4-6 лет

Эмоциональная подготовка к школе

- Формируем основу для адаптации к школе
- Учимся понимать свои эмоции и чувства
- Учимся распознавать эмоции и чувства других людей
- Развиваем эмоциональную лексику
- Учимся проявлять эмоции понятными и социально приемлемыми способами

7-10 лет

Развиваем эмоциональный интеллект

- Пополняем эмоциональный словарный запас (углубленное изучение эмоциональной лексики)
- Учимся понимать причины и последствия эмоций
- Учимся адекватно реагировать на поведение других
- Развиваем навыки общения, учимся находить общий язык со сверстниками

11-13 лет

Эмоциональное лидерство

- Развиваем навыки управления эмоциями
- Выработываем стратегии работы с эмоционально-насыщенными состояниями
- Развиваем навыки межличностного взаимодействия со сверстниками и взрослыми
- Формируем адекватную самооценку
- Развиваем осознанность



Методический материал

Мудрая Панда по имени Пауза



1. Что-то случилось



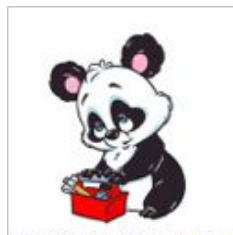
2. Мысли и ощущения



3 Стоп



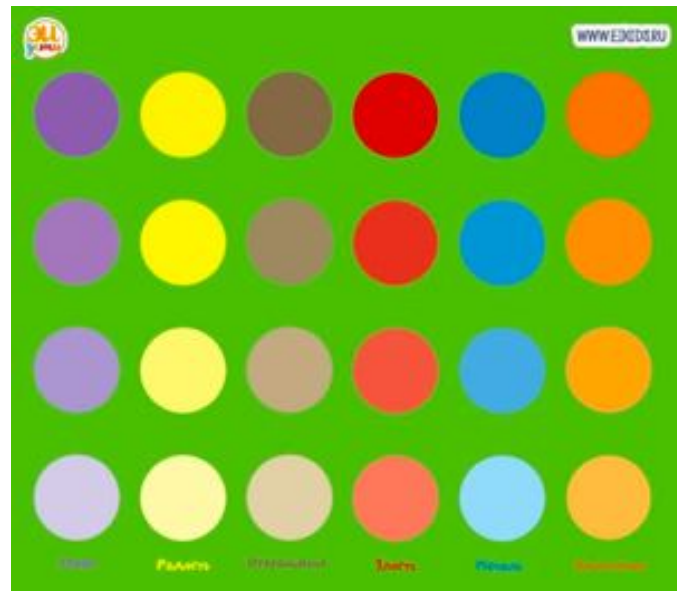
4. Мое лучшее Я



5. Выбор стратегии



6. Успех!





Методический материал



Опиши, что произошло?

Развиваем способности эмоционального интеллекта	Я	Другой человек
Идентификация эмоций	Что я чувствовал?	Что чувствовал _____?
Выражение эмоций	Как я выражал свои эмоции?	Как _____ выражал свои эмоции?
Понимание причин эмоций	Что вызвало эти эмоции?	Что вызвало эмоции _____?
Управление эмоциями	Как я управлял своими эмоциями?	Как _____ управлял своими эмоциями?
Планирование эмоций	<ul style="list-style-type: none"> Что я мог бы сделать, чтобы лучше справиться с этой ситуацией? 	
Использование эмоций в решении задачи	<ul style="list-style-type: none"> Какая эмоция поможет мне справиться с этой ситуацией? Что я могу сделать сейчас? 	



Помогаем создавать эмоционально- интеллектуальную среду дома

Развивающие материалы
для детей и родителей





Школа развития
эмоционального
интеллекта

**Благодарим
за внимание!**

+7 (4012) 50-70-76

г. Калининград,
ул. Театральная, 35, офис 308
e-mail: l.druzhinina@ei-kids.com

www.ei-kids.com