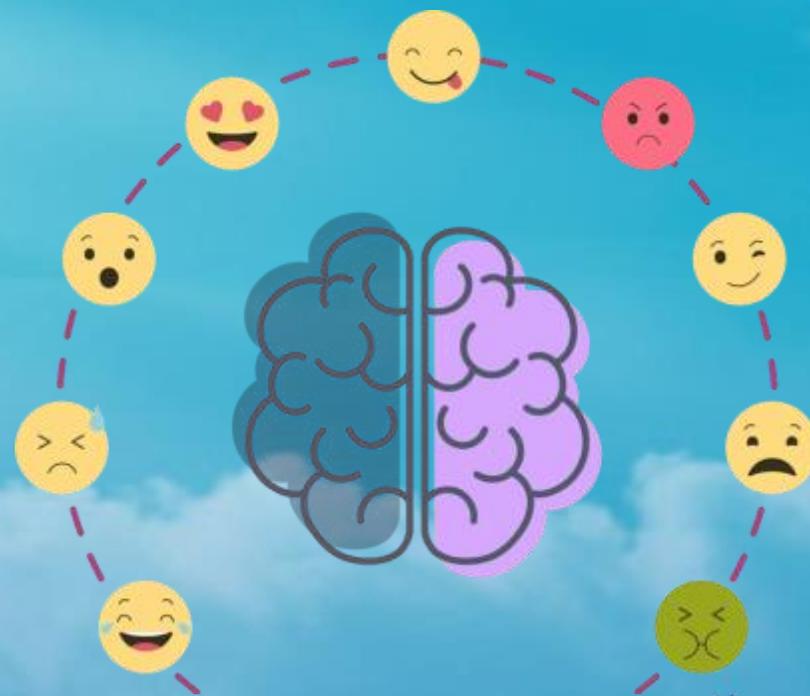


Эмоциональный интеллект (EQ) школьников с ЗПР и его развитие

«Жизнь на 10% состоит из того, что с вами происходит, и на 90% из того, как вы на это реагируете»
(Чарльз Свиндолл)



План выступления:

- раскрыть суть понятия «эмоциональный интеллект», его компоненты
- признаки низкого эмоционального интеллекта
- актуальность развития эмоционального интеллекта у детей с задержкой психического развития
- основные способы развития эмоционального интеллекта у детей с задержкой психического развития



Эмоциональный интеллект

это способность эффективно разбираться в эмоциональной сфере человеческой жизни: понимать эмоции и эмоциональную подоплеку отношений, использовать свои эмоции для решения задач, связанных с отношениями и мотивацией

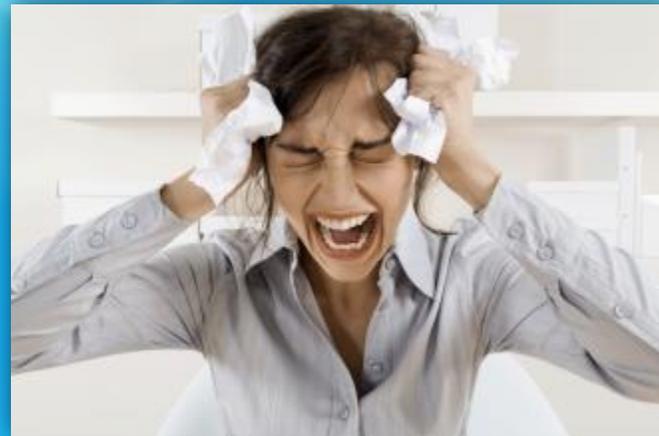


признаки низкого эмоционального интеллекта

- Вам трудно понять чувства других людей
- Вы обвиняете других в своих эмоциональных проблемах
- Вы считаете других слишком ранимыми
- У вас бывают неожиданные эмоциональные всплески
- Вы не испытываете эмпатию
- Вам трудно поддерживать отношения с друзьями
- Вы не знаете, как вести себя в ситуациях с высоким эмоциональным накалом

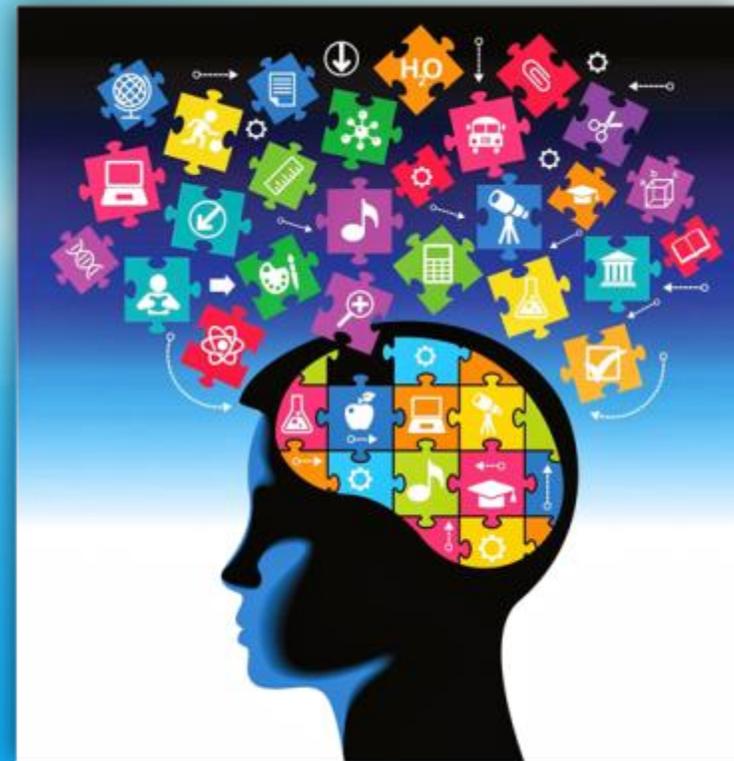
признаки низкого эмоционального интеллекта

- Вы ходите с непроницаемым лицом
- Вы не распознаёте интонации
- Вы легко поддаётесь стрессу
- Вы не можете определить свои эмоции
- Вы делаете поспешные выводы
- Вас легко обидеть
- Вы чувствуете себя непонятым



5 компонентов развития эмоционального интеллекта

1. Самосознание
2. Саморегуляция
3. Мотивация
4. Эмпатия
5. Социальные навыки



Особенности детей с задержкой психического развития, которые необходимо учитывать в учебном процессе:

- незрелость эмоционально-волевой сферы, инфантилизм, нескоординированность эмоциональных процессов
- преобладание игровых мотивов, дезадаптивность побуждений и интересов
- низкий уровень активности во всех сферах психической деятельности
- ограниченный запас общих сведений и представлений об окружающем мире
- снижение работоспособности
- повышенная истощаемость
- неустойчивость внимания
- ограниченность словарного запаса, особенно активного, замедление овладения грамматическим строем речи, трудности овладения письменной речью
- расстройства регуляции, программирования и контроля деятельности, низкий навык самоконтроля
- чувство тревожности или беспокойства, замкнутость

Методы развития ЭМОЦИОНАЛЬНОГО ИНТЕЛЛЕКТА

- внеурочная деятельность
- сказка, притчи, художественные произведения
- игра
- школьные праздники
- рисуночная терапия
(«Мой страх», «Самый грустный день в моей жизни»,
«Самый счастливый день в моей жизни», "Мой гнев",
«Мои обидчики», «Школа зверей»)



Методы развития ЭМОЦИОНАЛЬНОГО ИНТЕЛЛЕКТА

- музыкальная деятельность



Методы развития ЭМОЦИОНАЛЬНОГО ИНТЕЛЛЕКТА

- сочинение историй



Методы развития эмоционального интеллекта

- мимическая гимнастика

- а) Все ребята во дворе
Весело играют.
Только гном болеет дома
И с утра скучает.
- б) Гном зимой поймал снежинку,
Подобрал на горке льдинку.
Прибежал домой и ...ах!
Лишь вода была в руках.
- в) Ночь пришла, и в темноте
Тени движутся везде.
Гном забрался под кровать.
Спрятался и стал дрожать.
- г) Целый день он хмурит брови
И грозит всем кулаком.
Да. Сегодня гном не в духе –
Навестим его потом.
- д) Вечер. В доме тихо-тихо,
Только тикают часы.
Гном сидит на кресле, дремлет.
А вокруг витают сны.
- е) У него сегодня День рождения
И подарков от друзей не счастья:
Книжки, сладости, игрушки,
Даже шар воздушный есть!

Печаль	Злость	Удивление	Радость	Страх	Спокойствие
					

«Отгадай загадку про героев сказок и мультиков, распредели их по эмоциям».

			
Веселье	Злость	Доброта	Грусть

Загадки:

- 1) Он разбойник, он злодей, свистом он пугал людей.
- 2) В гости к бабушке пошла, пироги ей понесла.
Серый Волк за ней следил, обманул и проглотил.
- 3) Красна девица грустна: Ей не нравится весна,
Ей на солнце тяжело! Слезы льет бедняжка!
- 4) Толстяк живет на крыше, летает он всех выше.
- 5) Человек немолодой, вот с такушей бородой.
Обижает Буратино, Артемона и Мальвину,
И вообще для всех людей он отъявленный злодей.
Знает кто-нибудь из вас? Кто же это?
- 6) Скорей бы приблизился вечер, и час долгожданный настал,
Чтоб мне в золоченой карете поехать на сказочный бал!
Никто во дворце не узнает, откуда я, как я зовусь,
Но только лишь полночь настанет, к себе домой я вернусь.
- 7) Гармошка в руках, на макушке фуражка,
А рядом с ним важно сидит Чебурашка.
Портрет у друзей получился отменный,
На нём Чебурашка, рядом с ним...
- 8) Родилась у мамы дочка из прекрасного цветочка.
Хороша, малютка просто! С дойм была малышка ростом.
Если сказку вы читали, знаете, как дочку звали.
- 9) У этого героя дружок есть — Пятачок,
Он Ослику в подарок нёс пустой горшок.

Методы развития эмоционального интеллекта

- мимическая гимнастика

- 1. Брови и лоб спокойные
- 2. Верхние веки спокойные, нижние веки приподняты, но не напряжены; под нижними веками морщинки. У наружного края уголков глаз морщинки - «гусиные лапки»
- 3. Рот раскрыт, уголки губ оттянуты в стороны и приподняты. От носа к внешнему краю губ тянутся морщинки - носогубные складки

- 1. Брови опущены и сведены, между бровями вертикальные складки
- 2. Верхние веки напряжены, нижние веки напряжены и приподняты
- 3. Рот закрыт, губы сжаты

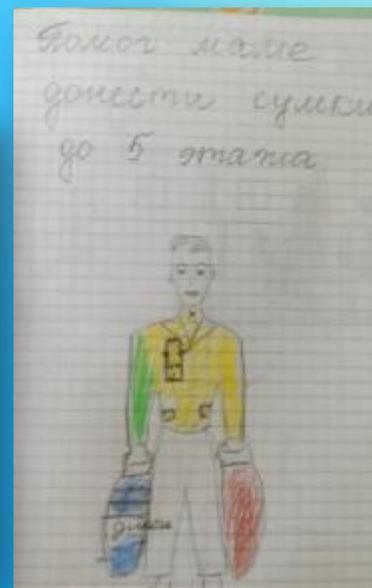
- 1. Брови слегка опущены
- 2. Верхние веки опущены, нижние веки приподняты, но не напряжены; под нижними веками морщинки
- 3. Нос наморщен. Рот закрыт. Верхняя губа поднята, нижняя губа также поднята и выдвинута вверх по направлению к верхней губе

- 1. Внутренние уголки бровей подняты вверх
- 2. Внутренние уголки верхних век приподняты
- 3. Рот закрыт, уголки губ опущены, напряжения или натяжения в области рта нет

Методы развития эмоционального интеллекта

- **Дневник успехов и достижений:**

- создание ситуации переживания успеха
- поощрение активности и самостоятельности ученика
- развитие умения адекватно оценивать своё поведение
- создание условий для становления целенаправленности и саморегуляции собственных действий



Методы развития ЭМОЦИОНАЛЬНОГО ИНТЕЛЛЕКТА

- Дневник настроения
- Цель: диагностика эмоционального состояния



Методы развития эмоционального интеллекта

- социальная служба «Школа мира»

обучение школьников методам

урегулирования конфликтов и способам позитивной самореализации



На эмоциональную сферу детей с ЗПР может повлиять не только педагог и родитель, а и весь социум, который окружает ребёнка. Важным критерием в этом является принятие ребенка как личности, в возможности выражения чувств, в развитии интеллекта. И если он будет достаточно развит, то качество жизни ребёнка, имеющего ЗПР, улучшится в разы, потому что он научится контролировать эмоции, принимать решения, повысит самоконтроль поведения, что в комплексе будет способствовать гармоничному развитию личности ребёнка

Желаем Вам дальнейших успехов в педагогической деятельности!

Спасибо за внимание!

