

В издательстве «Малыш» вышла книга «Эмоциональный интеллект ребенка и здравый смысл его родителей»

Тема эмоционального интеллекта все чаще поднимается в информационном пространстве. С особенным интересом к ней относятся родители, ведь сегодня они хотят воспитывать понимающих, принимающих, эмпатичных детей, способных не только испытывать разные эмоции, но и понимать их, распознавать и называть. В связи с этим интересом на рынке нон-фикшн литературы появляются книги, которые признаны объяснить родителям, в чем фишка ЭИ. Но почти все эти книги — переводные, а значит, не всегда учитывают реалии, в которых мы живем.

Наконец появилась отечественная книга, посвященная эмоциональному интеллекту, — ее написали Елена Сергиенко, Елена Хлевная и Татьяна Киселева, и она получила название «Эмоциональный интеллект ребенка и здравый смысл его родителей».

Мы публикуем отрывок из книги, который называется «Как развиваться и обучаться легко и с интересом».

Мы привыкли к фразе: «Информация правит миром».

Пришло время выучить другой постулат: интерес или его отсутствие правят миром! Не согласны? А вот аргументы, знакомые и не очень, но все — научно обоснованные.

Интерес играет важную роль в интеллектуальном развитии человека, без него невозможно развитие навыков и умений. Поэтому если ваш ребенок разбирает игрушки по частям (по-вашему — ломает) — радуйтесь, он проявляет познавательный интерес, и важно его поддержать в этом!

Интерес к неизвестному движет исследовательской, познавательной и конструктивной деятельностью. Он — «ускоритель» и «активатор» процессов внимания, памяти и научения.

Эмоция интереса появляется с рождения и обеспечивает познание мира. Специалисты относят интерес к врожденным, базовым эмоциям. Именно интерес определяет, совершенствует и развивает врожденные способности.

Интерес — это стимулятор и самый мощный регулятор драйва.

Интерес может притупить ощущение боли, человек не чувствует усталости, забывает про еду и не спит, когда увлечен игрой, делом или решением захватившей его задачи.

Интерес удивительным образом комбинируется с другими эмоциями. Например, **интерес + радость = лучшая мотивация** для достижения результата. При этом стремление к достижению можно измерить степенью выраженности эмоции интереса.

Интерес играет исключительную роль в формировании и развитии навыков, умений и интеллекта.

Именно интерес позволяет осуществлять повседневную, привычную, рутинную работу.

Интерес обеспечивает высокую работоспособность человека.

Интерес крайне необходим для творчества.

Что это за эмоция и как ее определить

Интерес — приятная эмоция, связанная с познанием. Возникает желание исследовать, вмешаться, узнавать новое. При интенсивном интересе человек чувствует себя воодушевленным и оживленным, что вызывает познавательную и двигательную активность.

Интерес у ребенка может носить кратковременный или долговременный характер. Как отмечает один из крупнейших современных исследователей человеческих эмоций Кэррол Изард, кратковременная форма интереса проявляется в реакции заинтересованности в ответ на новый стимул.

Долговременное проявление интереса носит интеллектуальный оттенок, направленный на изучение какого-либо заинтересовавшего объекта.

Проявление интереса

В мимике интерес выражается приподнятыми или слегка сведенными бровями, перемещением взгляда к объекту, слегка приоткрытым ртом или приподнятыми уголками губ.

Человек движется, тянется в направлении интересующего объекта.

Обычно интерес сопровождается замедлением сердечного ритма, однако продолжительный и интенсивный интерес вызывает противоположный эффект.

Возможные причины и польза интереса

Потребность в знаниях, новизне.

Новый предмет, появившийся в поле зрения (перемены, изменения).

Одушевленность (человек является более сильным активатором интереса, нежели неодушевленный предмет).

Творческая деятельность, новые идеи.

Интерес необходим для развития человека, именно он мотивирует на познание мира вещей и людей. Эмоция интереса (ее переживание) способствует активации и направляет поведение человека.

Люди, которые испытывают интерес, притягивают к себе внимание других людей, сами становятся объектом интереса. В результате улучшаются коммуникации, в разных сферах жизни они становятся комфортнее и успешнее. А люди, которые испытывают интерес в меньшей мере, нам кажутся скучными.

Очень важно с детства способствовать развитию познавательного интереса ребенка, поощрять его. Мы своим примером можем стимулировать интерес, постоянно развиваясь, узнавая новую информацию.

Делитесь с ребенком тем, что вы узнали, создавайте для него новый опыт. Это могут быть не только путешествия, походы в цирк, зоопарк и прочее. Создать простейшие условия для получения нового опыта можно и дома. Например, поиграйте в «Чудесный мешочек».

Упражнения, которые можно выполнять с ребенком:

Чудесный мешочек

В полотняный мешочек положите предметы разной формы и фактуры (например: клубок ниток, игрушку, пуговицу, шарик, кубик и пр.). Ребенок на ощупь должен определять один за другим предметы в мешочке. Желательно, чтобы он вслух описывал их свойства. Можно играть всей

семьей, по очереди опускайте руку в мешочек и определяйте, что же в нем. Обсудите с ребенком, какие предметы было легче всего определить на ощупь.

Найди в неинтересном интересное

Предложите ребенку в неинтересном для него занятии найти что-то интересное. Помогите ему в этом.

Например, ребенку скучно учить английский язык, приходится заставлять практически силой, чтобы он выполнял задания. А что интересует ребенка? Например, ребенка интересуют машины, а именно транспорт — автобус, троллейбус, электричка. И он готов часами слушать истории про транспорт, разглядывать картинки и прочее.

Соедините транспорт с английским: выучите с ребенком все обозначения транспорта на английском, и далее каждую тему (предлоги, склонения, как составляются предложения и т. д.) можно изучать на примере транспорта.

А подростки легко и непринужденно изучают иностранный язык, записывая и переводя песни любимых исполнителей, а также общаясь со сверстниками из других стран.