



Тюменцам рассказали про развитие эмоционального интеллекта ребенка

Мастер-класс «Развитие эмоционального интеллекта ребенка» состоялся сегодня в Тюмени в рамках проекта «Сбербанк для детей и родителей».

Мероприятие провел опытный тренер, профессиональный тьютор развития эмоционального интеллекта European Association of Cultural and emotional intelligence projects Елена Берзак.



Эмоциональный интеллект – это способность понимать свои эмоции и эмоции других людей, управлять ими и использовать эмоции для решения задач. Развитый эмоциональный интеллект позволяет ребенку эффективно общаться как со сверстниками, так и со взрослыми, не испытывая чрезмерного стресса, управлять своим поведением, помогает быть собранным и

сосредотачиваться на выполнении определенной деятельности, решении конкретной задачи.

Участники мастер-класса узнали, что такое эмоциональный интеллект, как эмоции помогают развиваться и эффективно выполнять задачи, как мотивировать ребенка к учебе, а также рассмотрели практические техники, упражнения и игры на развитие эмоционального интеллекта.

