**«Эмоциональный интеллект дошкольника: советы родителям подготовительной группы»**  
Эмоциональный интеллект — способность распознавать, понимать и управлять своими эмоциями, а также эмоциями окружающих. Развитие эмоционального интеллекта важно для успешной адаптации ребенка в обществе и подготовки к школе.  
  
**Почему это важно?**  
- Помогает ребенку лучше понимать себя и окружающих.  
- Способствует развитию социальных навыков.  
- Улучшает успеваемость и поведение в коллективе.  
  
**Как развивать эмоциональный интеллект дома?**  
1. Обсуждайте эмоции: Регулярно говорите с ребенком о чувствах («Что ты чувствуешь сейчас?»).  
2. Показывайте пример: Демонстрируйте умение справляться с негативными эмоциями спокойно и конструктивно.  
3. Играйте в игры: Используйте ролевые игры, чтобы ребенок учился выражать и контролировать эмоции.  
  
**Пример упражнения**  
  
Предложите ребенку игру «Угадай эмоцию». Показывайте мимику и жесты, соответствующие разным эмоциям (радость, грусть, злость), и попросите угадать, какую эмоцию вы изображаете. Затем поменяйтесь ролями.  
  
Таким образом, развитие эмоционального интеллекта помогает детям легче адаптироваться к новым условиям, улучшает коммуникативные способности и способствует успешному обучению.  
Воспитатель:Дикая О.В.