

## **Выступление на методическом объединении по теме: «Развитие эмоционального интеллекта , как средство профилактики суицидального поведения.» (световые столы)**

Начало школьной жизни- серьезное испытание для большинства детей. Многие дети в это время нуждаются в поддержке и помощи взрослых. Чтобы младший школьник мог сознательно регулировать поведение, адекватно выражать чувства, находить конструктивные способы выхода из сложных ситуаций.

Подростковый возраст один из самых сложных, опасных и импульсивных периодов в жизни человека и имеет ряд особенностей, которые непосредственно связаны с развитием эмоционально-волевой сферы личности.

На занятиях с детьми начальной школы мы развиваем эмоциональный интеллект для того, чтобы они:

- лучше распознавали собственные эмоции (не путали гнев с огорчением, удивление с испугом, радость с раздражением);
- понимали причины возникновения эмоций и управляли ими;
- чувствовали эмоции других людей и помогали им;
- использовали свои внутренние силы для достижения целей.

Световой стол и песок –одно из идеальных средств развития или коррекции эмоциональных нарушений детей младшего школьного возраста и способствует не только развитию эмоционального интеллекта, но и снятию эмоционального напряжения, снижению уровня агрессии и тревожности, формированию умения владеть собой, своим поведением, своей адекватной самооценкой, формированию умения грамотно строить взаимоотношения с окружающими, развитию тактильно-кинестетической чувствительности, развитию мелкой моторики рук.

Во время занятий мы рисуем песком сюжеты к сказкам Ольги Хухлаевой, которые помогают понять значимость эмоциональной жизни для человека; рассказывают о необходимости проявлять свои чувства, а не скрывать их от окружающих; помогают обсудить тематику страхов; помогают понять, что не стоит копить гнев, иначе потом можно взорваться.

На представленном видео занятие для детей начальной школы, которые не имеют большого опыта в песочной анимации. Для создания изображения применялись техники насыпания и пальчикового рисования. Сюжет сказки особенно будет полезен детям, которые всеми способами стараются долго сдерживать и не проявлять свои чувства, а потом в какой-то момент срываются. После рисования проходит обсуждение с помощью вопросов(например):

- Как ты понимаешь, что значит копить свои чувства?
- Почему, если копишь чувства и не проявляешь их, потом взрываешься?
- Почему окружающим плохо, если кто-то копит свои чувства?
- У тебя есть знакомые, которые сначала копят свои чувства, а потом взрываются?