**Развитие эмоциональной грамотности у детей дошкольного возраста.**   
 Вопрос эмоциональной грамотности становится все более актуальным в образовательном процессе. Эмоциональная грамотность включает в себя не только способность распознавать и называть свои эмоции, но и умение понимать и учитывать эмоции окружающих. Особенно важно развивать эти навыки у детей дошкольного возраста, когда формирование основ личности происходит наиболее активно. Как педагог-психолог с большим опытом, я уверенна, что раннее развитие эмоциональной грамотности способствует успешной социализации детей и формированию гармоничных межличностных отношений в будущем.  
 Эмоциональная грамотность играет важную роль в разных аспектах жизни ребенка. Она влияет как на его психоэмоциональное состояние, так и на взаимодействие с окружающим миром.  
Дети, понимающие и принимающие свои и чужие эмоции, легче адаптируются к новым условиям, ситуациям и людям. Они умеют находить общий язык со сверстниками и взрослыми, что способствует успешной интеграции в социальную среду.  
 Эмоционально грамотные дети лучше справляются с эмоциональными перегрузками и стрессом, потому что  умеют распознавать свои чувства и находить здоровые способы их выражения. Это также снижает риск возникновения проблем с поведением или психическими расстройствами в более старшем возрасте.  
 Эмоции непосредственно влияют на когнитивные процессы. Дети, умеющие управлять своими эмоциями, лучше концентрируются на учебе и, как следствие, достигают более высоких результатов в обучении.  
 Чтобы помочь детям развить эмоциональную грамотность, можно использовать разнообразные подходы и методы.  Я использую в своей практике игровые тренинги и ролевые игры. Игра является естественным способом обучения для детей. С помощью ролевых игр можно создать ситуации, в которых дети научатся распознавать и выражать свои эмоции. Например, можно предложить детям разыграть сценки, в которых персонажи будут  испытывать разные эмоции: радость, печаль, страх или гнев. Обсуждение ролей и переживаний поможет детям осознать спектр эмоций.  
 За чтением сказок или историй с ярко выраженными эмоциональными ситуациями можно организовать обсуждение. Это позволяет детям не только понять, что чувствуют герои, но и связать их чувства с собственным опытом. Можно задавать вопросы: "Как ты думаешь, почему этот сказочный персонаж так себя ведет?" или "Что бы ты чувствовал на его месте?".  
Творческое самовыражение — это мощный инструмент для развития эмоциональной грамотности. Рисование, лепка, создание коллажей создают пространство для свободного выражения чувств. Например,  предложите детям нарисовать, что они чувствуют в данное время, или написать "эмоциональную карту", где они могут разместить изображения, символизирующие различные эмоции.  
 В группе можно создать место, где дети смогут изучать эмоции через различные материалы: карточки с изображениями эмоций, игры, книги и мягкие игрушки. Это пространство будет вдохновлять детей делиться своими чувствами и обсуждать эмоции в непринужденной обстановке.  
 Важно не только объяснять детям эмоции, но и учить их взаимодействовать с окружающим миром. Можно использовать ситуации из повседневной жизни. Обсуждайте с детьми, как они могли бы поступить в определенной ситуации, что чувствует другой человек и как можно помочь ему.  
 Эмоциональная грамотность должна развиваться не только в образовательном учреждении, но и в семье. Организация семинаров и встреч с родителями поможет объяснить, как важно развивать эти навыки, и какие методы можно использовать дома. Родители могут активно участвовать в играх и обсуждениях о чувствах, что создаст устойчивую поддержку для детей.  
 Развитие эмоциональной грамотности у детей дошкольного возраста — это важнейший аспект их общего развития и подготовки к жизни в социуме. С помощью разнообразных методов и подходов мы, педагоги и родители, можем вдохновлять и поддерживать наших детей на этом пути. Эмоциональная грамотность позволит детям не только лучше понимать себя и окружающих, но и создаст прочную основу для успешной социальной жизни в будущем. Наша же задача — дать детям инструменты для построения гармоничных отношений и уверенности в себе, чтобы они смогли справляться с вызовами современного мира.