



อีคิว คือ อะไร

อีคิวหรือความฉลาดทางอารมณ์ของเด็ก คือ การรู้จัก เอาใจ และควบคุมอารมณ์ของตนเองได้อย่างเหมาะสม

ลักษณะเด็กที่มีอีคิวดี

1. เป็นคนดี



รู้จักอารมณ์

มีน้ำใจ

รู้ว่าอะไรผิดอะไรถูก

2. เป็นคนเก่ง



กระตือรือร้น/สนใจใฝ่รู้

ปรับตัวได้ดี

กล้าพูดกล้าบอก

3. มีความสุข



มีความพอใจ

อบอุ่นใจ

สนุกสนานรื่นเริง



จะรู้อีคิวลูกได้อย่างไร

แบบคัดกรองความฉลาดทางอารมณ์เด็กอายุ 3-5 ปี

ข้อความต่อไปนี้เป็นการอธิบายถึงอารมณ์ ความรู้สึก และพฤติกรรมของเด็ก ในช่วงเดือนที่ผ่านๆ ไปโปรดใส่เครื่องหมาย (X) ในช่องที่คิดว่าตรงกับตัวเด็กมากที่สุด

	องค์ประกอบความฉลาดทางอารมณ์	ใช่	ไม่ใช่
ดี	1. บอกความรู้สึกของตนเองได้มีอุปการะ เช่น รู้สึกหิว เจ็บใจ โกรธ ไม่ชอบ ไม่พอใจ		
	2. ตั้งใจแก้ปัญหาหรือข้อสงสัยในสิ่งต่างๆ เช่น ทอม ของเล่น		
	3. บอกขอโทษหรือทำมาง้อ-จบมั่งทำผิด		
พอ	4. มีทักษะการสื่อสารกับคนอื่นอย่างเหมาะสมและฟังสิ่งที่คนอื่นพูด		
	5. สามารถช่วยผู้อื่นเมื่อเขาไม่สบายใจหรือมีปัญหา		
	6. กล้าพูด กล้าคุย ทักษะการขอความช่วยเหลือ		
พอๆ	7. ช่วยเหลือคนอื่นอย่างเหมาะสมเมื่อเขาไม่สบายใจ		
	8. รู้จักเตือนคนอื่นตามสิ่งที่เขาทำผิด เช่น กอด ปลอบประโลมหรือตักเตือนที่นุ่มนวล		
	9. แสดงอารมณ์ที่เหมาะสมกับสิ่งที่เกิดขึ้น เช่น ร้องไห้ ร้องเพลง กระโดดโลดเต้น เล่นระแจะ		

คำตอบว่า "ใช่" ตั้งแต่ 2 ข้อขึ้นไป ในแต่ละองค์ประกอบหลัก (ดี พอๆ พอ) ควรส่งเสริมและรักษาความฉลาดทางอารมณ์ในสิ่งที่ดี

คำตอบว่า "ใช่" น้อยกว่า 2 ข้อขึ้นไป ในแต่ละองค์ประกอบหลัก (ดี พอๆ พอ) ควรได้รับการประเมินความฉลาดทางอารมณ์ฉบับสมบูรณ์ เพื่อประเมินถึงความสามารถพัฒนาความฉลาดทางอารมณ์ในแต่ละด้านให้เหมาะสมกับวัย

แบบคัดกรองนี้ทำพ่อแม่รู้อีคิวลูกได้ตั้งตนเอง



ทำไมต้องพัฒนาอีคิว

การพัฒนาอีคิวหรือความฉลาดทางอารมณ์ที่ดี จะทำในเด็กอยู่กับคนอื่นได้ดี มีความสุขใจ และประสบความสำเร็จในชีวิต



อารมณ์สนุกสนาน ร่าเริง สนใจ ใฝ่รู้ กล้าแสดงออก



รู้จักกฎระเบียบในการอยู่ร่วมกับผู้อื่น



มีสัมมาคารวะ มารยาทดี



มีคุณธรรม มีน้ำใจ เอื้อเฟื้อเผื่อแผ่



ชอบรับการเปลี่ยนแปลงได้

0-5 ปี เป็นช่วงทองของการวางรากฐานที่สำคัญของชีวิต

