



**РАЗВИТИЕ  
ЭМОЦИОНАЛЬНОГО ИНТЕЛЛЕКТА  
ПЕДАГОГОВ:  
ПРОБЛЕМЫ И АКТУАЛЬНОСТЬ**

Педагог-психолог  
МУ ДО «Малая академия»  
Овсепян Кристина Армэновна

26 апреля 2023г.

ПСИХОЛОГИЧЕСКАЯ  
ГРАМОТНОСТЬ ЯВЛЯЕТСЯ  
МИНИМАЛЬНОЙ СТУПЕНЬЮ В  
ОБРАЗОВАННОСТИ И  
ФОРМИРОВАНИЯ  
ПРОФЕССИОНАЛЬНОЙ  
КОМПЕТЕНТНОСТИ ПЕДАГОГА И  
КУЛЬТУРЫ ЧЕЛОВЕКА В ЦЕЛОМ



# Эмоциональный интеллект (Emotional Intelligence, EQ)

— это способность человека  
распознавать эмоции, понимать  
намерения, мотивацию и желания  
других людей и свои собственные, а  
также способность управлять  
своими и чужими эмоциями.



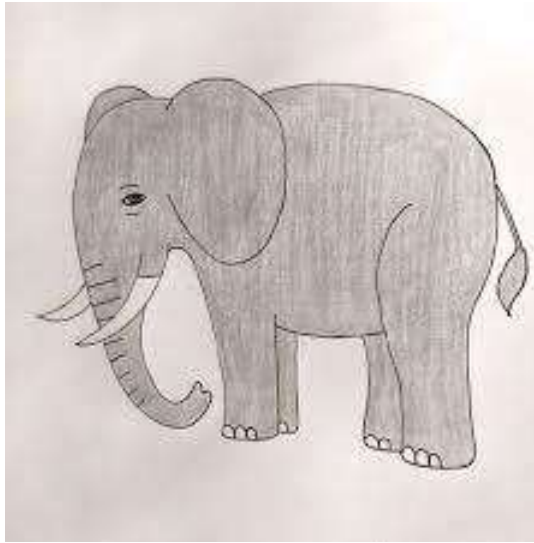
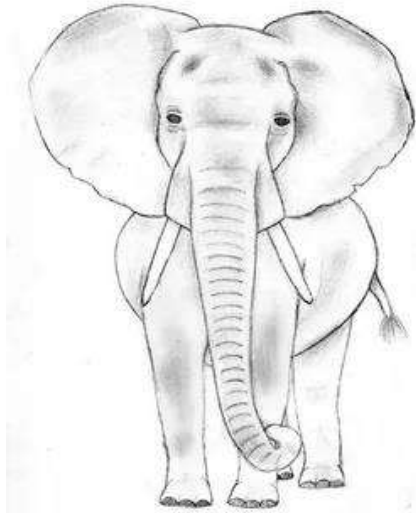


ПОНЯТИЕ  
«ЭМОЦИОНАЛЬНЫЙ ИНТЕЛЛЕКТ»  
ВКЛЮЧАЕТ В СЕБЯ 5  
КОМПОНЕНТОВ.

- Самосознание
- Саморегуляция
- Мотивация
- Эмпатия
- Социальные навыки

- Какую эмоцию я сейчас испытываю?
- Именно сейчас эта эмоция полезна для меня?
- Как часто на протяжении дня я испытываю эту эмоцию?

Ответьте на 3  
вопроса



# УПРАЖНЕНИЕ «СЛОН»



## УПРАЖНЕНИЕ «КОЛЕСО ЖИЗНИ»

- поддаётесь стрессу,
- не можете распознать свои эмоции,
- легко обижаетесь,
- долго переживаете из-за ошибок,
- подавляете негативные эмоции,
- склонны обвинять других людей,
- испытываете трудности с установлением личных границ,
- агрессивны в общении с людьми,
- чувствуете себя непонятым

Вот признаки,  
которые  
указывают на  
низкий уровень  
эмоционального  
интеллекта





**РАЗВИТИЕ  
ЭМОЦИОНАЛЬНОГО ИНТЕЛЛЕКТА  
ПЕДАГОГОВ:  
ПРОБЛЕМЫ И АКТУАЛЬНОСТЬ**

Педагог-психолог  
МУ ДО «Малая академия»  
Овсепян Кристина Армэновна