

**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.



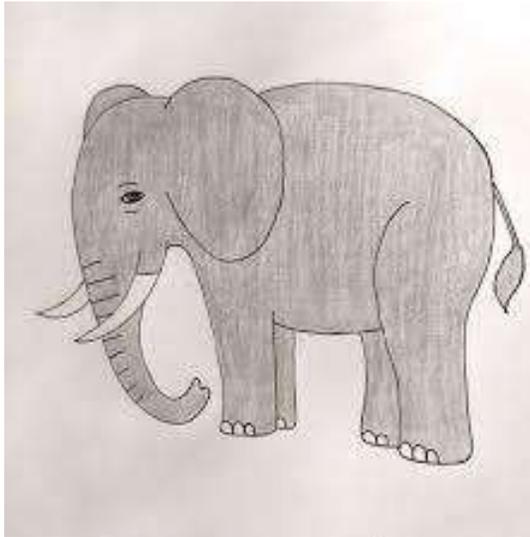
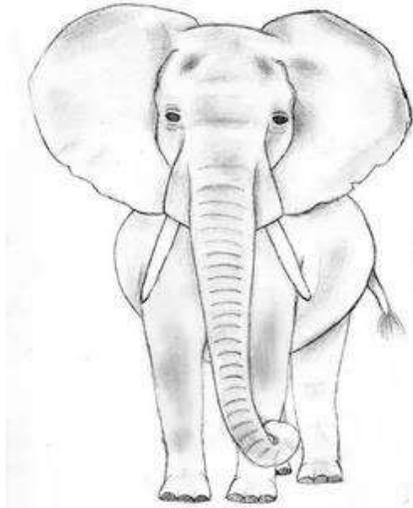


ПОНЯТИЕ
«ЭМОЦИОНАЛЬНЫЙ ИНТЕЛЛЕКТ»
ВКЛЮЧАЕТ В СЕБЯ 5
КОМПОНЕНТОВ.

- 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



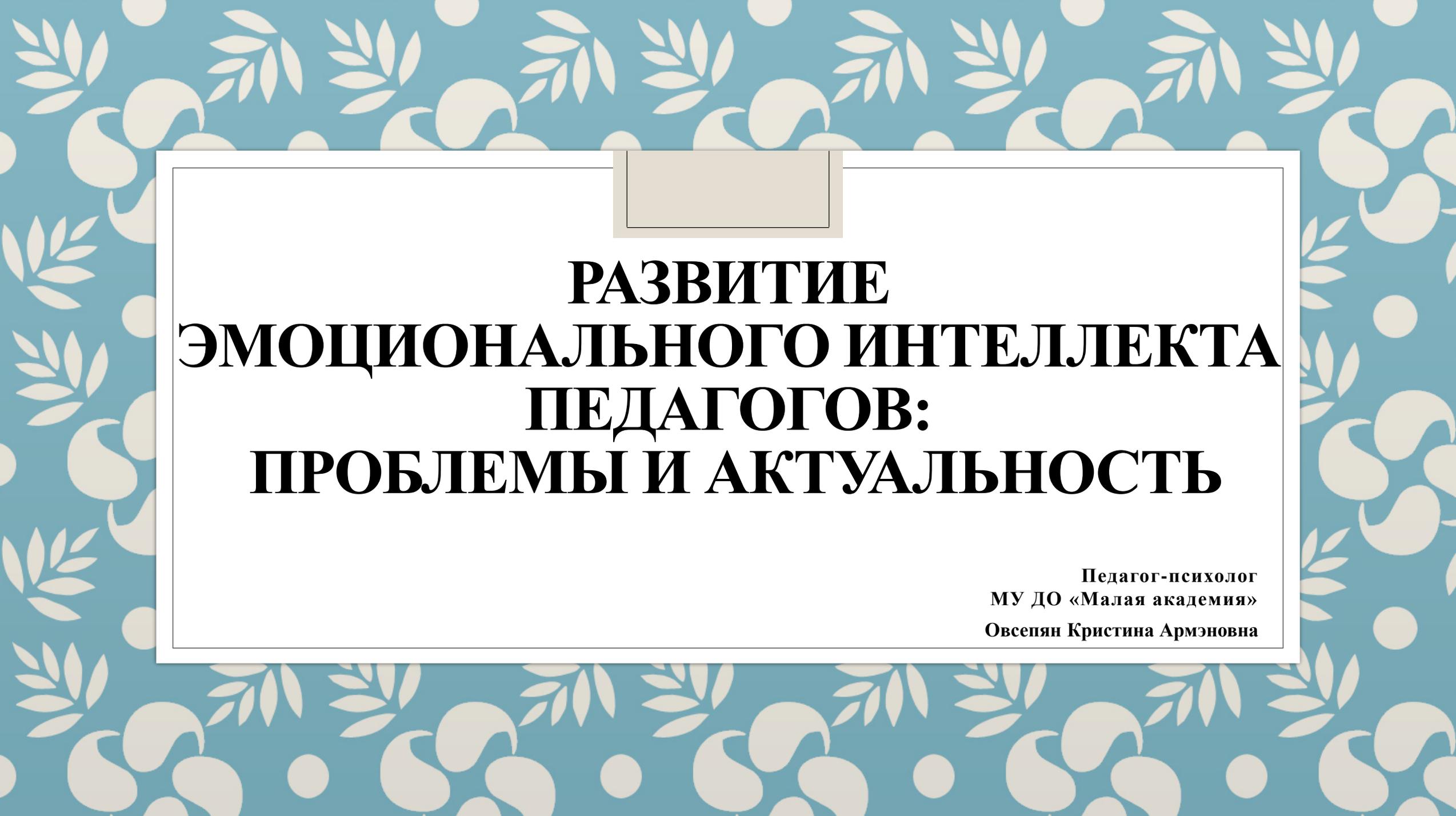
УПРАЖНЕНИЕ «СЛОН»



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