



ПАМЯТКА

«Что такое эмоциональный интеллект?»
(для педагогов и родителей)

Эмоциональный интеллект (англ. *emotional intelligence, EI*) — сумма навыков и способностей человека распознавать эмоции, понимать намерения, мотивацию и желания других людей и свои собственные, а также способность управлять своими эмоциями и эмоциями других людей в целях решения практических задач.



Способность определять свои эмоции и уметь ими управлять.



Способность определять эмоции окружающих и уметь их понимать.



Способность эффективно взаимодействовать с другими на персональном и профессиональном уровне в разных контекстах и ролях.



Почему EI важен для работы?

Управление стрессом.

Эмоциональный интеллект помогает управлять стрессом, что особенно важно при сотрудничестве и командной работе, также он помогает учиться в отношениях.

Сотрудничество.

На возможность работать вместе значительно влияют эмоции, для этого в деловых отношениях нужно уметь контролировать себя, общаться и объединяться.

ЕСЛИ ТРУДНО - ПРОСТО ПОЗВОНИ

КРУГЛОСУТОЧНЫЙ
ТЕЛЕФОН ДОВЕРИЯ
ДЛЯ ДЕТЕЙ, ПОДРОСТКОВ
И ИХ РОДИТЕЛЕЙ

☎ +7-708-08-74-201
8(7142) 37-08-58

Ты можешь поговорить:

- О своей жизни и проблемах...
- О дружбе и неразделенной любви...
- Об отношениях с родителями и учителями...
- О жестоком обращении с тобой и сверстниками...