

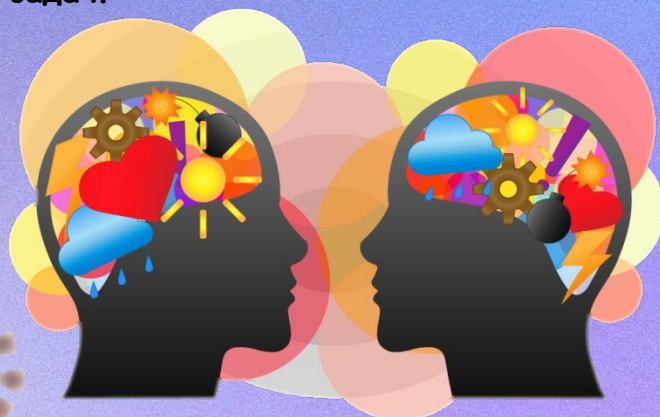


ПАМЯТКА

«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.

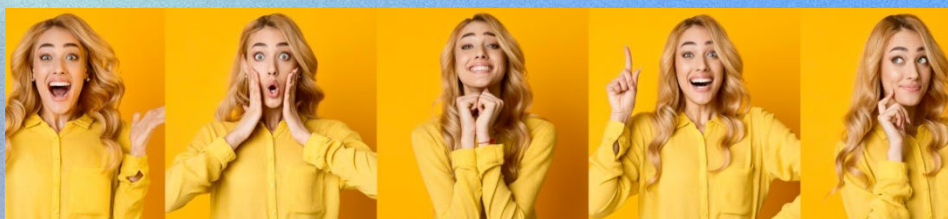
ЕСЛИ ТРУДНО - ПРОСТО ПОЗВОНИ

КРУГЛОСУТОЧНЫЙ ТЕЛЕФОН ДОВЕРИЯ
ДЛЯ ДЕТЕЙ, ПОДРОСТКОВ И ИХ РОДИТЕЛЕЙ

вызвано
+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 месте обращения с тобой и сверстниками...





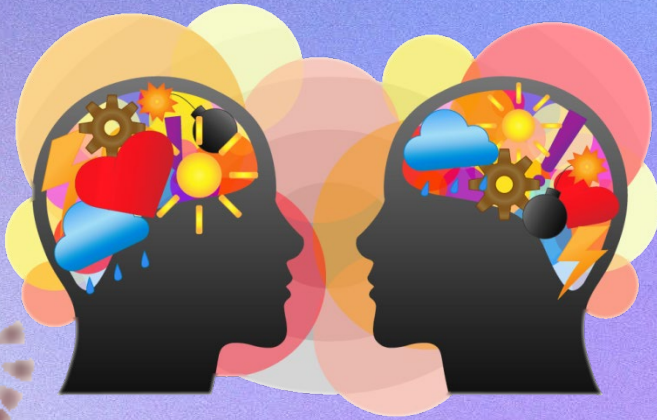
ЖАДЫНАМА

"Эмоционалды интеллект дегеніміз не?"
(мұғалімдер мен ата-аналарға арналған)

Эмоционалды интеллект (ағылш. *emotional intelligence, EI*) — адамның эмоцияларды тану, басқа адамдардың ниеттері, уәждері мен тілектерін түсіну, сонымен қатар практикалық мәселелерді шешу үшін өз эмоциялары мен басқа адамдардың эмоцияларын басқару қабілеті мен икемдерінің жиынтығы.



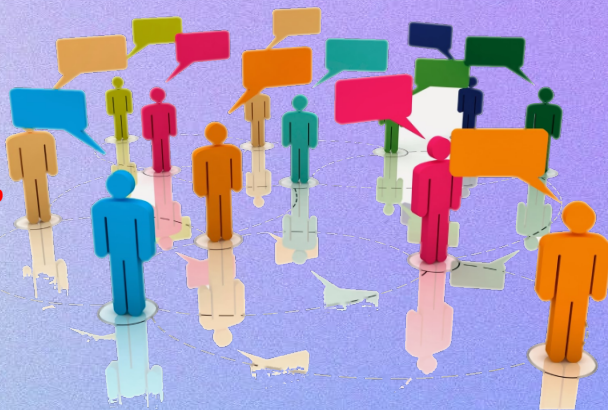
Эмоцияларды анықтай білу және оларды басқара білу.



Басқалардың эмоцияларын анықтау және оларды түсіне білу.



Әр түрлі контексте, рөлдерде жеке және кәсіби деңгейде басқалармен тиімді қарым-қатынас жасау мүмкіндігі.



Неліктен EI жұмыс үшін маңызды?

Стресті басқару.

Эмоционалды интеллект стрессті басқаруға көмектеседі, бұл ынтымақтастық пен топтық жұмыс кезінде өте маңызды, сонымен қатар қарым-қатынас жасауға көмектеседі.

Ынтымақтастық.

Бірлесе жұмыс істеу қабілетіне эмоциялар айтарлықтай әсер етеді, ол үшін іскерлік қарым-қатынаста сіз өзіңді басқарып, қарым-қатынас жасап және бірігуіңіз керек.

**ЕГЕР ҚИЫН БОЛСА
ҚОҢЫРАУ ШАЛ**

ТӘУЛІК БОЙЫ
СЕНІМ ТЕЛЕФОНЫ

Жасөспірімдер мен
олардың ата-аналарына
арналған



ақпарат
+7-708-08-74-201
37-08-58

Сен - өз өмірің мен проблемаларың туралы
- Достық пен ажырамаған махаббат туралы
- Сенімен және құрдастарыңмен қатал қарым-қатынас туралы
- Ата-аналармен және мұғалімдермен қарым-қатынас туралы
сөйлесе аласың

