



# РАЗВИТИЕ СОЦИАЛЬНО- ЭМОЦИОНАЛЬНОГО ИНТЕЛЛЕКТА

*социально-коммуникативная  
лаборатория*



**❖ ЧТО ТАКОЕ СОЦИАЛЬНЫЙ  
ИНТЕЛЛЕКТ?**

**❖ НУЖНО ЛИ РАЗВИВАТЬ  
СОЦИАЛЬНЫЙ ИНТЕЛЛЕКТ?  
ЕСЛИ ДА, ТО КАК?**

**«Социальный интеллект» - способность  
правильно понимать одним человеком  
других людей (Е. Торндайк 1920г.)**

**«Социальный интеллект» -  
приспособленность индивида к  
человеческому бытию. (Дэвид Векслер)**

Эмоциональный интеллект – это «способность воспринимать и выражать эмоции, ассимилировать эмоции и мысли, понимать и объяснять эмоции, регулировать собственные эмоции и эмоции других» (Д.Мэйер и П.Сэловей 1990)





An iceberg floating in a blue ocean. The small tip above the water is labeled 'IQ' and the much larger submerged part is labeled 'EQ'.

**IQ**

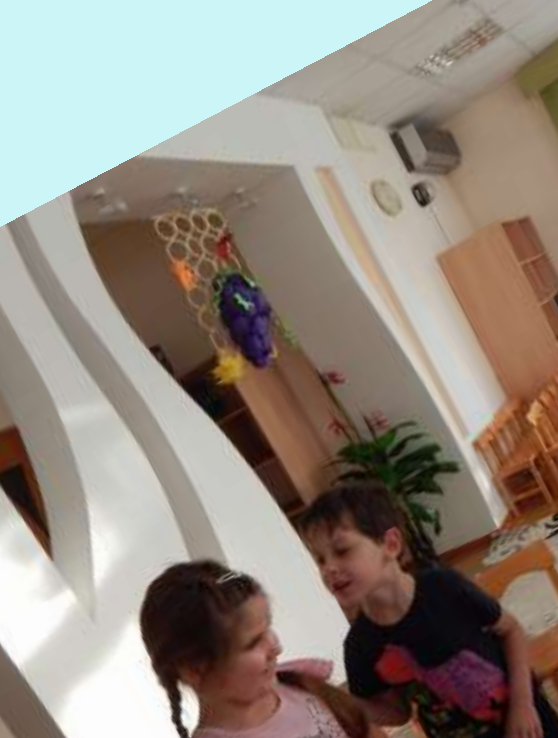
(коэффициент интеллекта)

**EQ**

(эмоциональный интеллект)

**80% успеха в социальной и личной сферах жизни определяет именно уровень развития эмоционального интеллекта, и лишь 20% - всем известный IQ**







## пять сфер эмоционального интеллекта:

- *познание собственной личности*  
(осведомленность о собственных эмоциях, уверенность в себе, самоуважение, самореализация, независимость);
- *навыки межличностного общения* (межличностные взаимоотношения, социальная ответственность, сопереживание);
- *способность к адаптации*  
(решение проблем, оценка реальности, приспособляемость);
- *управление стрессовыми ситуациями*  
(устойчивость к стрессу, импульсивность, контроль);
- *преобладающее настроение* (счастье, оптимизм).

# Эмоциональный интеллект - это способность:

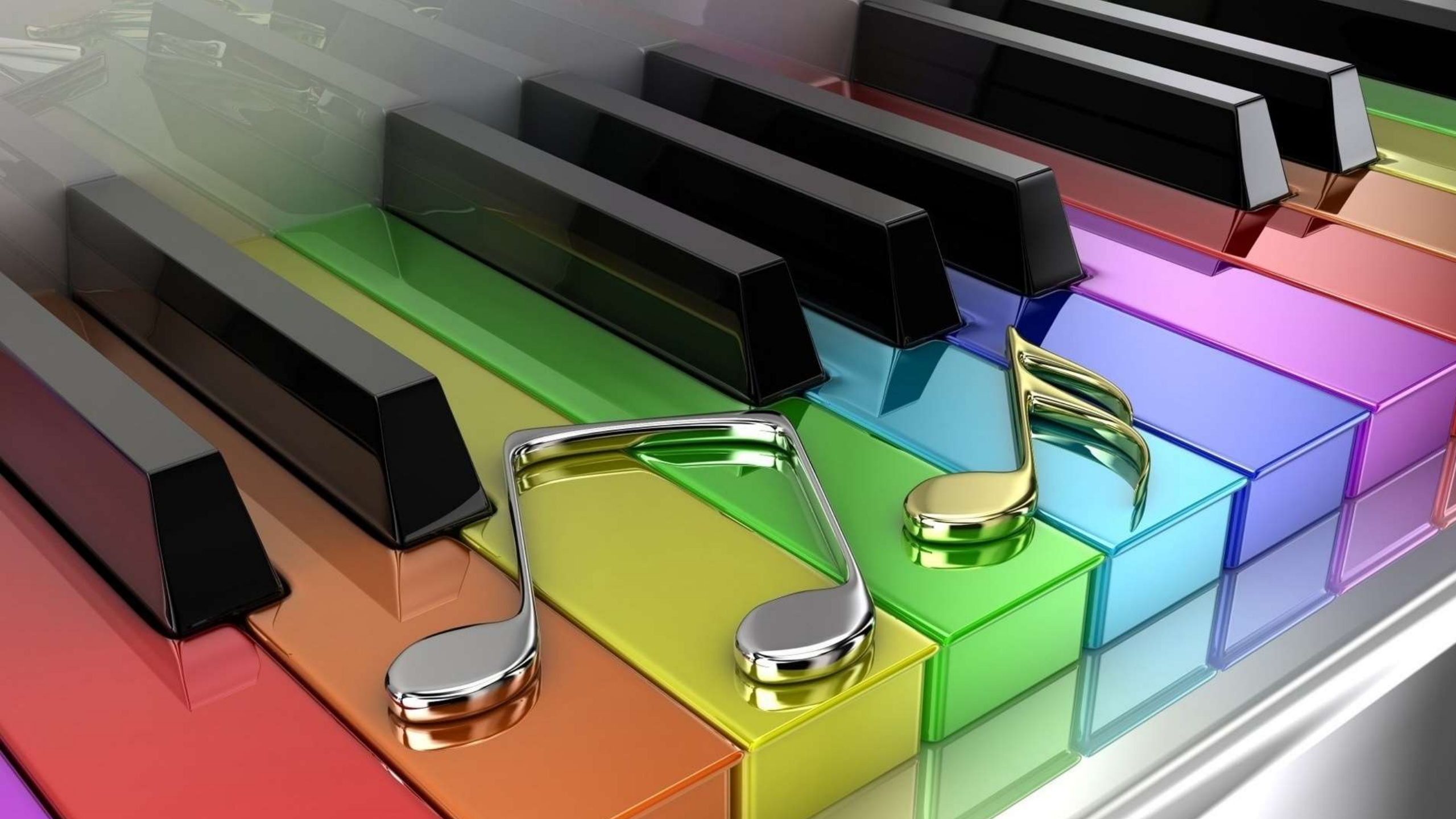
- 1.** безошибочно различать собственные эмоции и эмоции других людей;
- 2.** понимать значение эмоций;
- 3.** управлять эмоциями;
- 4.** использовать эмоциональные знания и умения для построения взаимоотношений с окружающими;



















# Wedding March

## Midsummer Night's Dream

Allegro

4/4  $\text{♩} = 88$



# Эмоциональный интеллект



Эмоциональная одаренность  
Баланс эмоций  
Эмоциональный стиль  
Свобода выражения  
Эмоциональная зрелость



Доброжелательность  
Конструктивное взаимодействие  
Успешная работа в команде



Успешная  
ЖИЗНЬ



