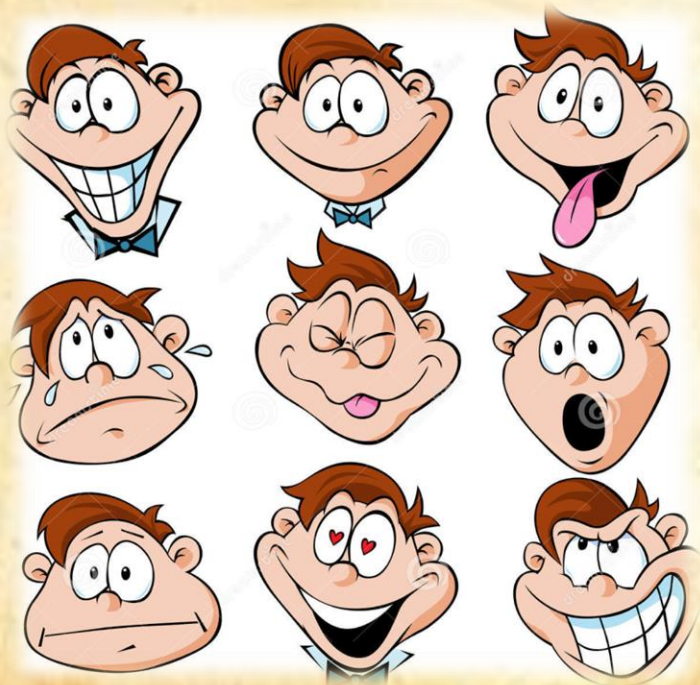


«Емоційний інтелект – як передумова розвитку успішної особистості»



Педагог-організатор

Ковтонюк

Вікторія Сергіївна

«Люди забудуть, що ви говорили, люди також забудуть, що ви зробили, але вони ніколи не забудуть, які почуття ви у них викликали», *ця істина найкраще ілюструє поняття EQ.*





Емоційний інтелект (EQ) — це група ментальних здібностей, які беруть участь в усвідомленні та розумінні власних емоцій й емоцій оточення.

An iceberg floating in the ocean. The tip of the iceberg is above the water line, and the much larger base is submerged. The sky is blue with light clouds, and the water is a deep blue. The text 'IQ' is written in yellow on the tip, and 'EQ' is written in yellow on the submerged part.

IQ

EQ

Діти з високим рівнем емоційного інтелекту більш успішні в навчальній діяльності, добре розуміють свої емоції і почуття інших людей, можуть ефективно керувати своєю емоційною сферою, і тому в соціумі їхня поведінка більш адаптивна, і вони легше досягають своїх цілей у взаємодії з оточуючими.



З часів Аристотеля налічують шість
основних емоцій:

радість, здивування, сум, гнів, страх і огиду.

10 фундаментальних емоцій за (К.Ізардом)
– це цікавість, радість, здивування, гнів, горе,
відраза, зневага, страх, сором та вина.

Базові емоції гарно проілюстровані в мультику
«Думками навиворіт».



Маєр Селовей й Карузо виділяють чотири складові емоційного інтелекту:

- сприйняття емоцій;
- використання емоцій для стимуляції мислення;
- розуміння емоцій;
- управління емоціями.



Що дає людині розвинений емоційний інтелект?



У своїй

педагогічній діяльності слід пам'ятати та виконувати наступні ефективні правила:

- у будь-якій ситуації ставитись до учнів по-дружньому (не звертаючи уваги на те, подобається ви чи ні);
 - ніколи не виявляти зверхність;
- щиро цікавитися учнями, їхніми проблемами, намагатися спільно знайти вихід зі скрутного становища;
 - шанувати в учнях особистість, навчитися критикувати так, щоби не образити: уникати прямої критики; указувати на постійні недоліки віч-на-віч; починати з похвали за роботу, яку учень робить добре.

Техніки розвитку емоційного інтелекту:

- арт-методи;
- вправи для інтелекту;
- рольові ігри та елементи психодрами;
- театралізації;
- казкотерапія;
- зламана казка, історія.



Метод роботи з емоціями
«Птах і клітка»



- Емоційний інтелект стосується важливих сторін життя людини та доводить цінність, необхідність його розвитку.
- Емоційний інтелект становить основу для успішного та щасливого життя кожної людини та допомагає розбудовувати взаємовідносини з іншими.

Література

- Андреева И. Н. Концептуальное поле понятия «эмоциональный интеллект». *Вопросы психологии*. 2009. № 4. С. 131.
- Бурдукало М. М. Розвиток емоційного інтелекту у дітей молодшого шкільного віку засобами медіапсихології. URL: http://mediaosvita.org.ua/wp-content/uploads/2020/07/Burdukalo-_MM_-Rozvytok_emotsijnogo_intelektu_u_ditej.pdf