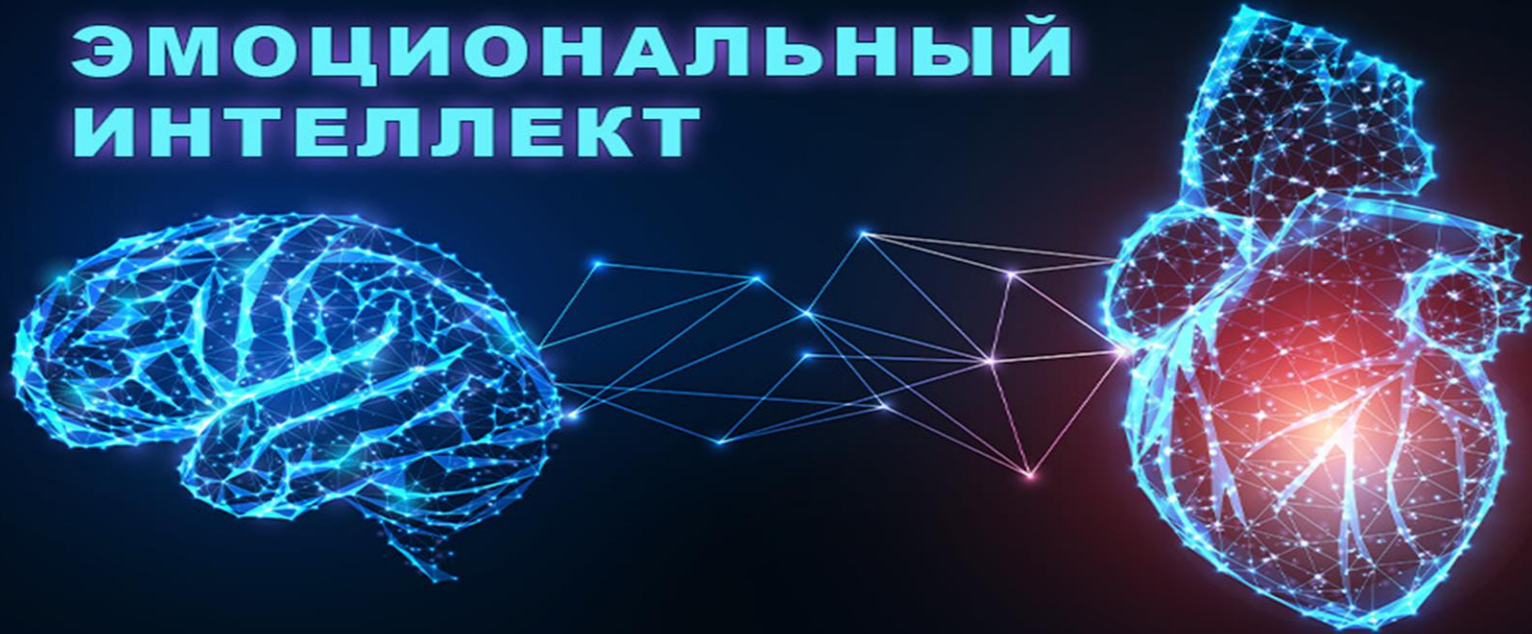


«Компетентный учитель – компетентный ученик»

**ЭМОЦИОНАЛЬНЫЙ
ИНТЕЛЛЕКТ**



Рябцева Екатерина Николаевна
Педагог – психолог МАОУ СОШ №7

Результаты диагностики «Гибкие и жесткие компетенции педагога»

Гибкие

- ✓ Создавать комфортную психологическую атмосферу.
- ✓ Уметь чувствовать обстановку в классе.
- ✓ Выстраивать коммуникацию со всеми участниками.
- ✓ Применять формирующее оценивание.

Жесткие

- ✓ Вовлекать всех учеников класса в образовательную деятельность.
- ✓ Уметь планировать, подбирать технологии обучения.
- ✓ Знать теоретические основы предмета.
- ✓ Контролировать работу.

Рисунок 1. Востребованные гибкие навыки педагога



Эмоциональный интеллект - сложное интегративное образование, включающее совокупность когнитивных, поведенческих и эмоциональных качеств, обеспечивающих осознание, понимание и регуляцию собственных эмоций и эмоций окружающих, влияющих на успешность межличностных взаимодействий и личностное развитие.



Человек с низким уровнем EQ:

- не способен к сочувствию, сопереживанию другому человеку.
- не умеет контролировать свои эмоции.
- не понимает собственные неконтролируемые эмоции.
- не умеет говорить о чувствах, не может ответить на вопрос «Что ты сейчас чувствуешь?», не прислушивается к собственным ощущениям.



Пройти онлайн тест:

<https://psyttests.org/emotional/hall-run.html>

Эмоциональный интеллект - это совокупность четырех навыков:

- ✓ Точность оценки и выражения эмоций.
- ✓ Использование эмоций в мыслительной деятельности.
- ✓ Понимание эмоций.
- ✓ Управление эмоциями.



Специфика профессионального взаимодействия с ребенком требует

- Особой чувствительности по отношению к психологическому содержанию и способам проявления детских эмоций и переживаний.
- Способности чувствовать себя комфортно в ситуациях вынужденного ожидания и растянутой паузы, не вмешиваясь во внутреннюю работу сознания ребенка, так как у детей с нарушением развития специфический ритм жизнепроживания и взаимодействия.
- Способности быть эмоционально устойчивым в ситуации эмоциональной нестабильности и ситуативного отвержения.
- Способности к самопредъявлению.



Высокому уровню эмоционального интеллекта соответствует знание о том, как изменить негативное состояние на позитивное

- Развитие эмоционального интеллекта может служить *профилактикой возникновения* таких нарушений, как депрессия, раздражительность и т. д., что является особенно важным для педагогов, испытывающих постоянные эмоциональные перегрузки.
- *Методами развития* эмоционального интеллекта могут быть игровые методы, развитие социальной перцепции, арттерапия, психогимнастика.



Как повысить эмоциональный интеллект?

1. Осознать, что происходит.
2. Понимать себя.
3. Управлять своими ощущениями.
4. Управлять эмоциями других людей.

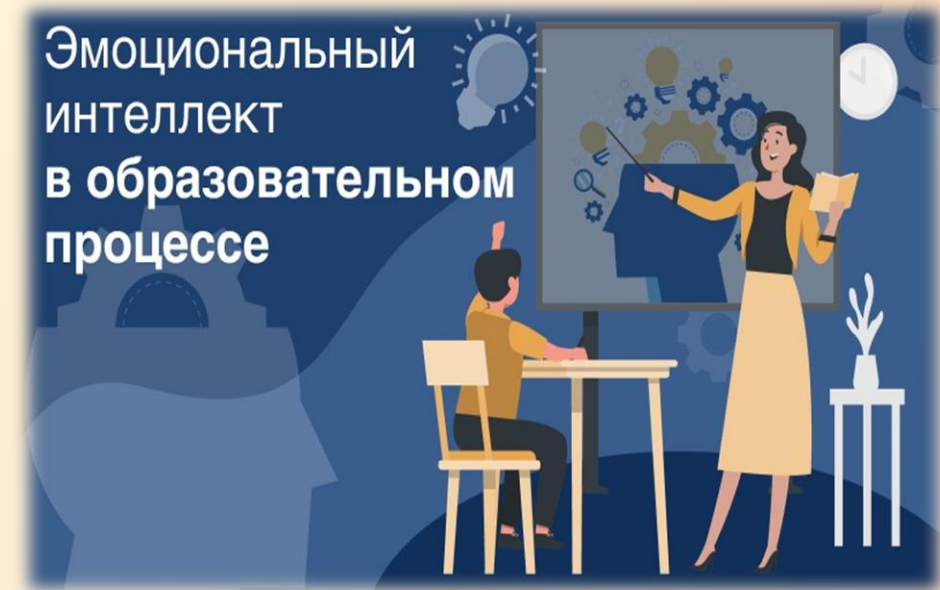


«Здесь-и-сейчас»



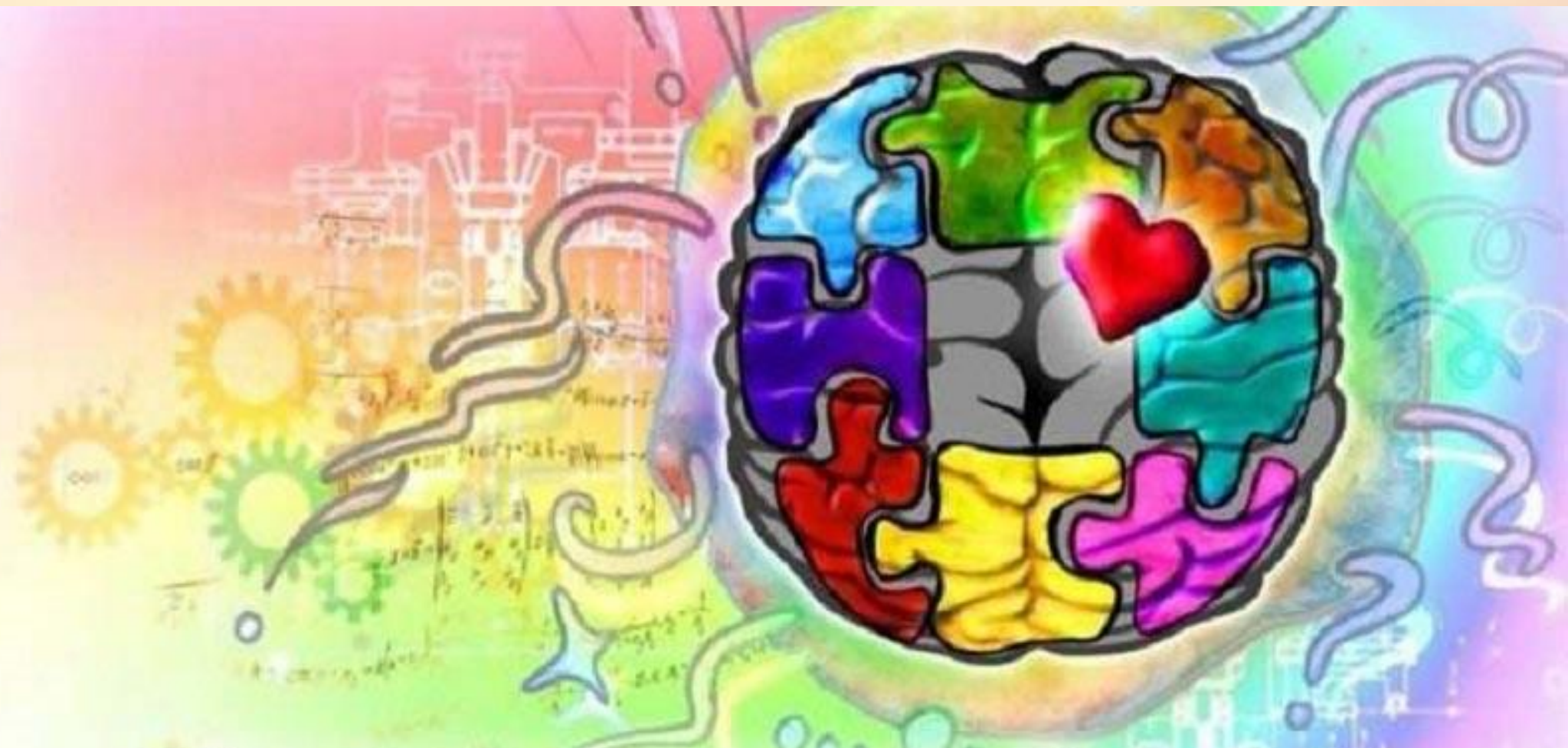
Существует три кита успешного образования с учетом EQ:

1. Индивидуальные потребности ребёнка (все дети разные и траектория обучения, соответственно, тоже).
2. Атмосфера поддержки и принятия в семье (семья проявляет интерес к обучению ребенка, избегает оценки и критики).
3. Программы и педагоги (принципы образовательной системы).



Сайты

- <https://umnazia.ru/blog/all-articles/kak-razvit-jemocionalnyj-intellekt-u-rebenka>
- **Игровые онлайн-курсы для детей 6–13 лет, которые заложат основу успешной учёбы и дальнейшей жизни**
- <https://www.psychologies.ru/self-knowledge/6-uprajneniy-dlya-razvitiya-emotsionalnogo-intellekta-u-detey/>
- **6 упражнений для развития эмоционального интеллекта у детей**
- <https://deti.mann-ivanov-ferber.ru/2019/02/16/kak-razvivat-emocionalnyj-intellekt-u-shkolnikov/>
- **Как развивать эмоциональный интеллект у школьников?**
- <https://deti.mann-ivanov-ferber.ru/2020/05/22/korobka-radosti-spinner-grusti-i-drugie-uprazhneniya-dlya-razvitiya-emocionalnogo-intellekta-rebenka/>
- **Упражнение для развития EQ**
- <https://eqspb.ru/emocionalnyy-intellekt/razvitie-emotionalnogo-intellekta/uprazhneniya-dlya-razvitiya-emocionalnogo-intellekta/>
- **Упражнения для развития навыков осознания своих эмоций**
- <https://probusiness.io/management/3625-kak-razvit-emocionalnyy-intellekt-prostye-uprazhneniya.html>
- **Как развить эмоциональный интеллект: простые упражнения**
- **Пройти онлайн тест:** <https://psyttests.org/emotional/hall-run.html>



**Эмоциональный
интеллект**