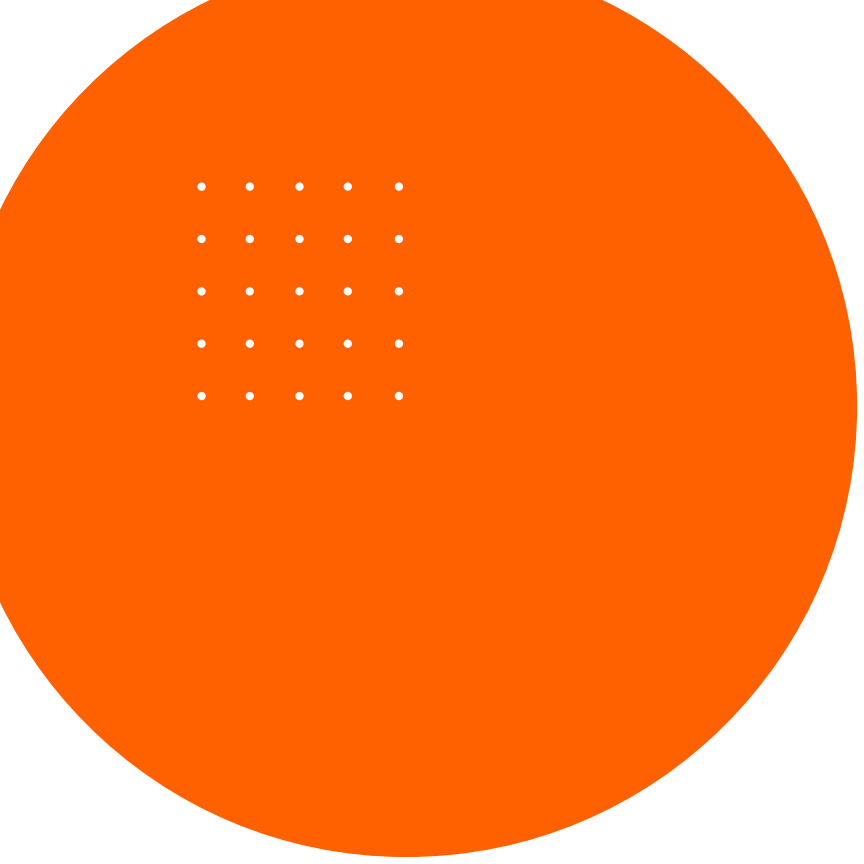




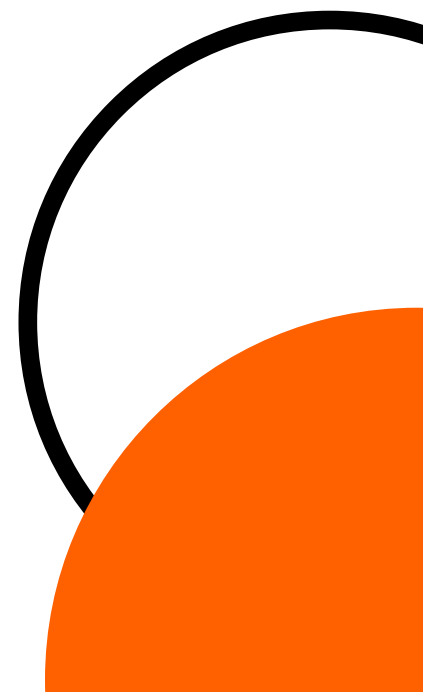
Глава 1. Знакомство

ЭМОЦИОНАЛЬНЫЙ ИНТЕЛЛЕКТ?



ЧТО ЭТО
ЗАЧЕМ ОБ ЭТОМ ЗНАТЬ
СТУПЕНИ РАЗВИТИЯ

Мастер-класс
Пятаковой Полины Алексеевны,
учителя русского языка и литературы
МАОУ гимназии №3,
Краснодарский край, город Краснодар



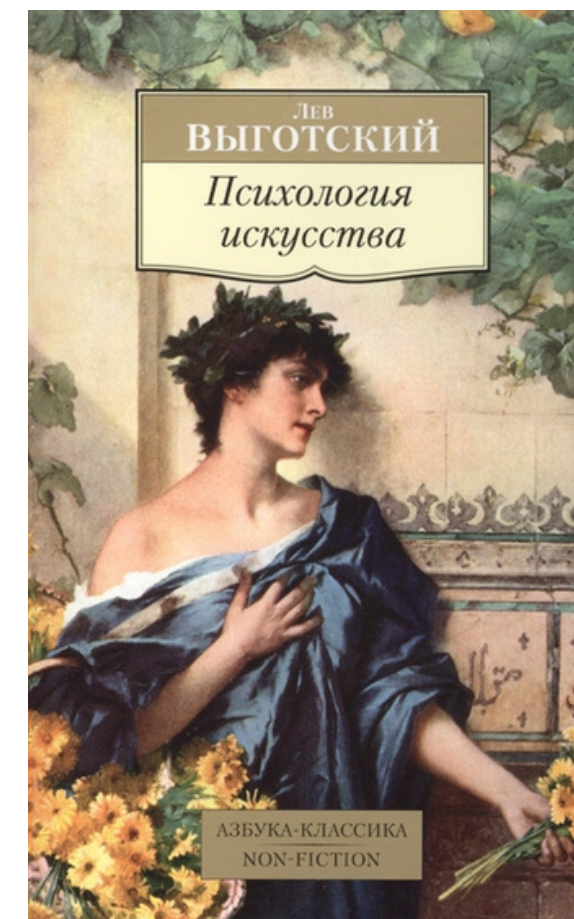
ИСТОКИ

1872 год Чарльз Дарвин

1964 Майкл Белдок

1985 Уэйн Пэйн

1995 Дэниел Гоулман



Джон Готтман
Джоан Деклер

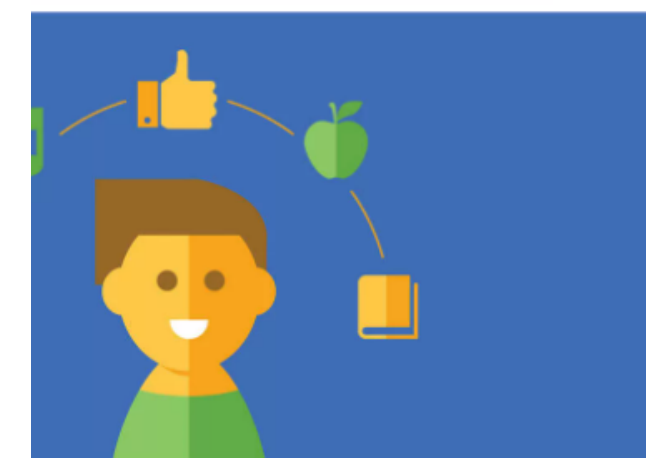
Эмоциональный интеллект ребенка

ПРАКТИЧЕСКОЕ РУКОВОДСТВО
ДЛЯ РОДИТЕЛЕЙ

Сергей Шабанов, Алена Алешина

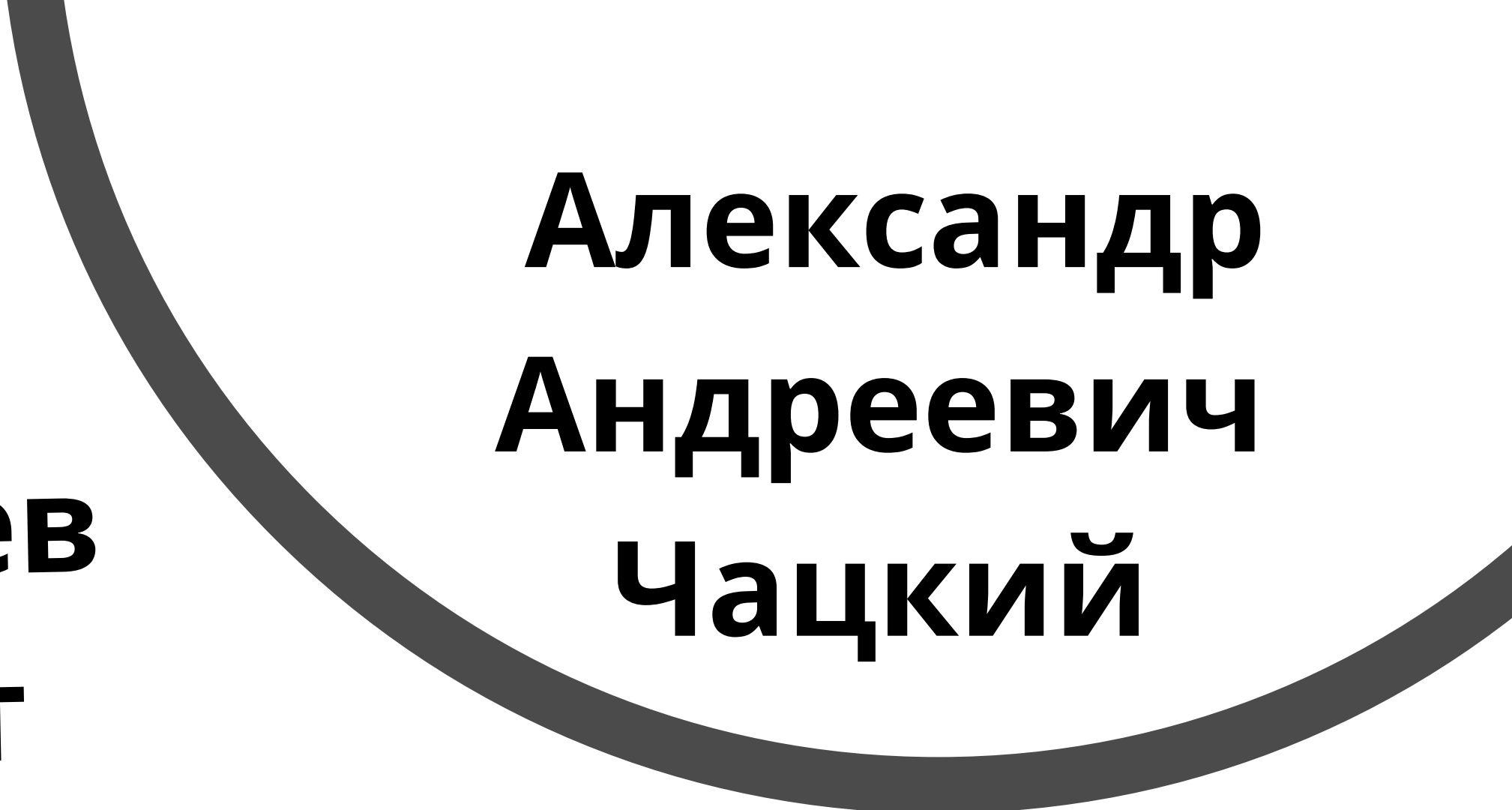
Эмоциональный интеллект

РОССИЙСКАЯ ПРАКТИКА

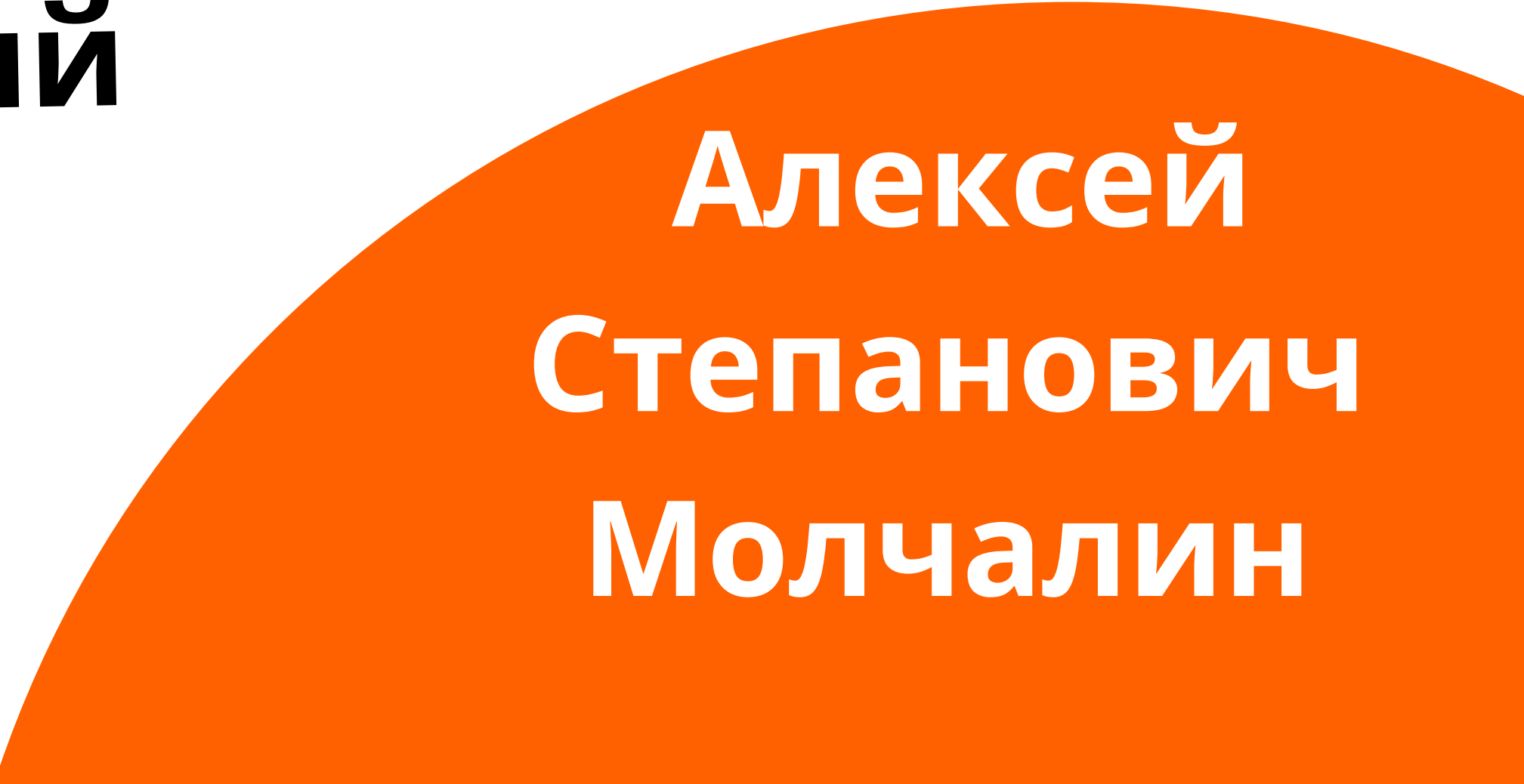




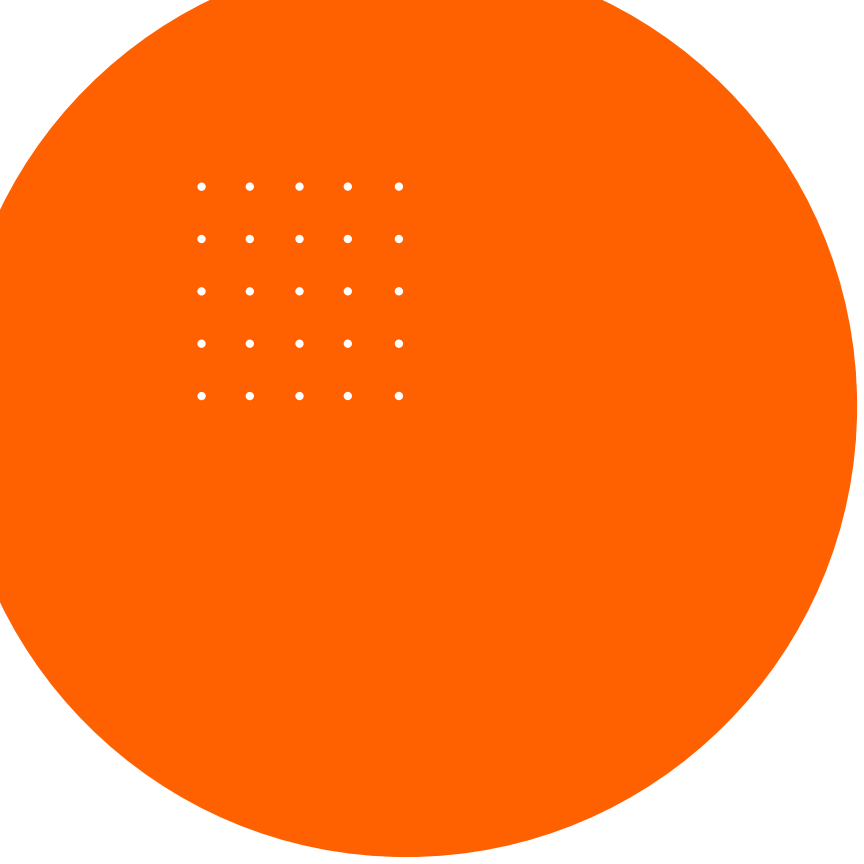
**У кого из героев
лучше развит
эмоциональный
интеллект?**



**Александр
Андреевич
Чацкий**



**Алексей
Степанович
Молчалин**

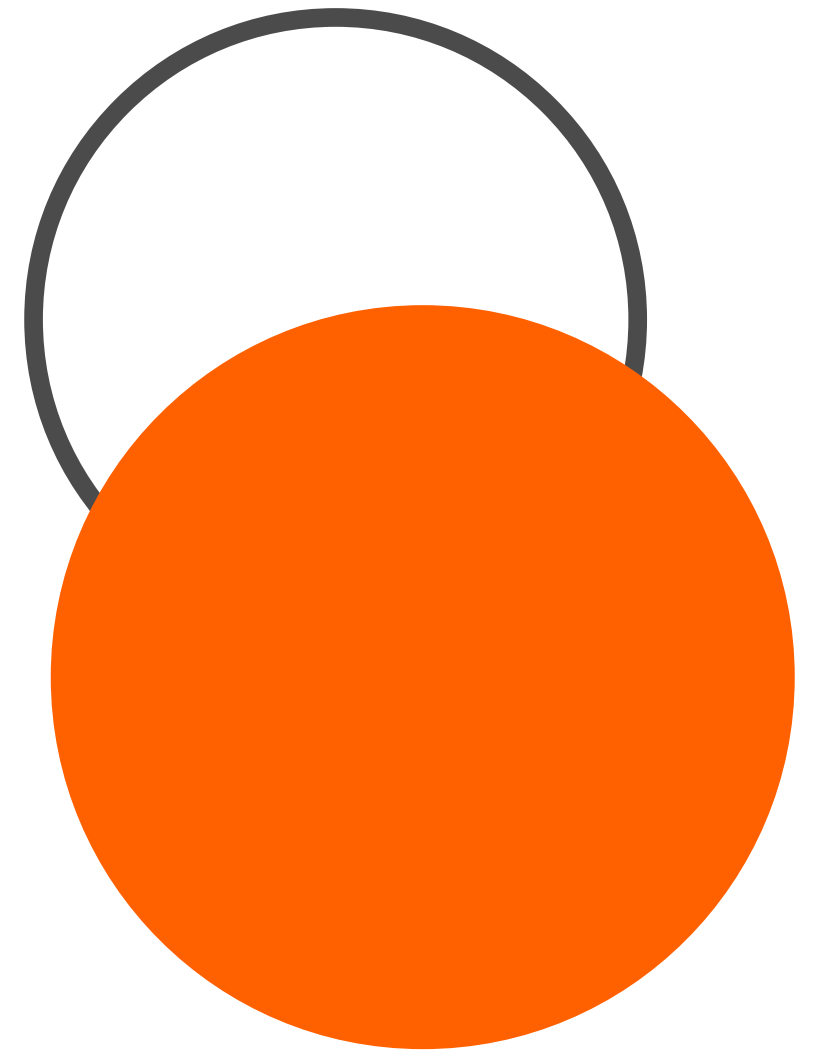


Глава 2. Применение

ЧУВСТВУЕМ СЛОВО

КАК С ЭТИМ РАБОТАТЬ

МОЖЕТ ЛИ ЭТО ПРИГОДИТЬСЯ
НЕ ФИЛОЛОГУ



Анна Ахматова

ПЕСНЯ ПОСЛЕДНЕЙ ВСТРЕЧИ

Так беспомощно грудь холодела,
Но шаги мои были легки.
Я на правую руку надела
Перчатку с левой руки.

Показалось, что много ступеней,
А я знала – их только три!
Между кленов шепот осенний
Попросил: "Со мною умри!.."

Александр Сергеевич Пушкин

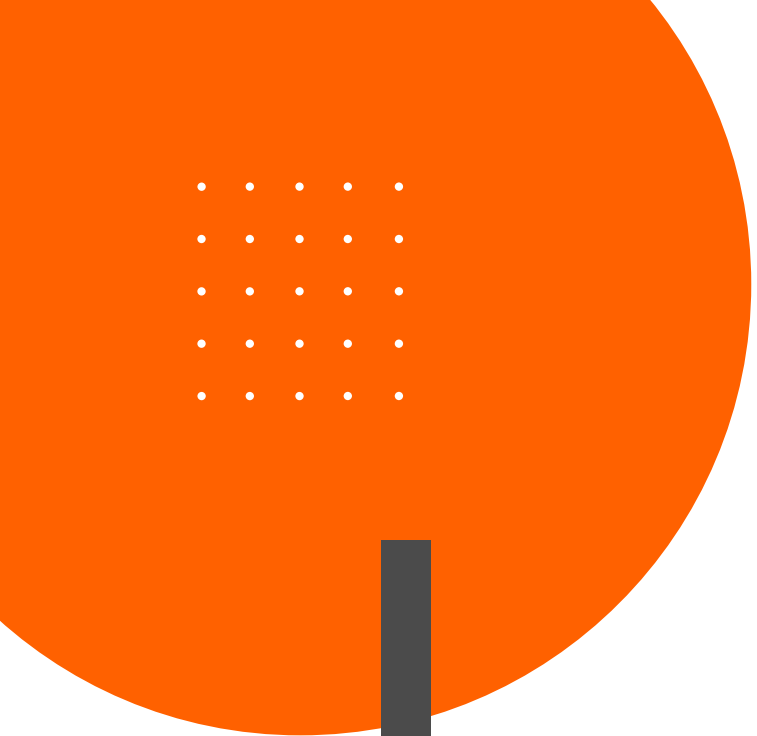
На холмах Грузии лежит ночная мгла;
Шумит Арагва предо мною.
Мне грустно и легко; печаль моя светла;
Печаль моя полна тобою,
Тобой, одной тобой... Унынья моего
Ничто не мучит, не тревожит,
И сердце вновь горит и любит – оттого,
Что не любить оно не может.

ЭКСПОНАТ №...

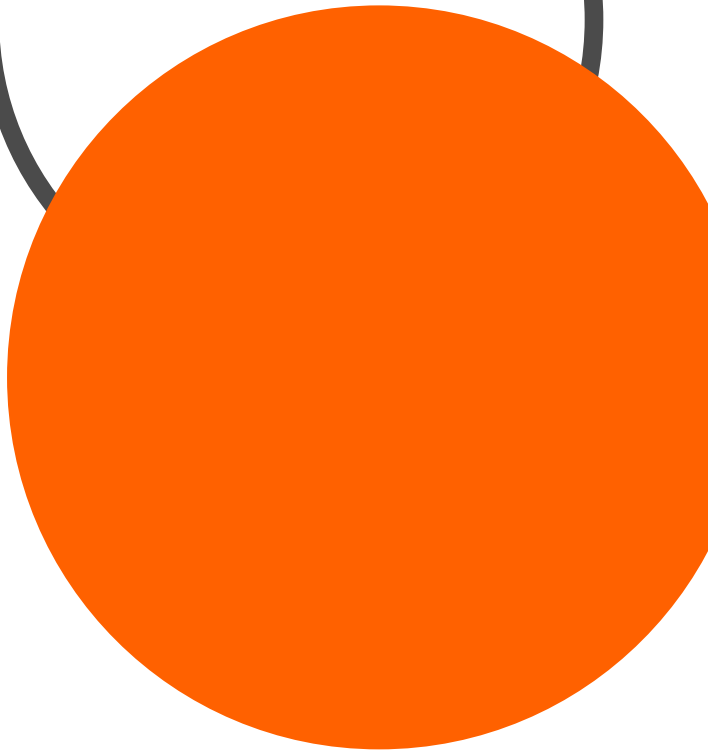
Было сумрачно, синий свет слабенькой лампочки в подъезде странно освещал маму, которая так хотела проводить его до военкомата, но не могла оставить работу, потому что сменщиц уже не было, а работа еще была. И она потерянно стояла в дверях, отчаянно прижимая кулаки к безмолвному перекошенному рту, а из-за ее судорожно сведенных плеч страшными провальными глазами глядели соседки: по два лица за каждым плечом. Игорь оглянулся в конце первого лестничного марша, но улыбнуться не смог, не до улыбок было в октябре того сорок первого. Но сказал, что все они тогда говорили:

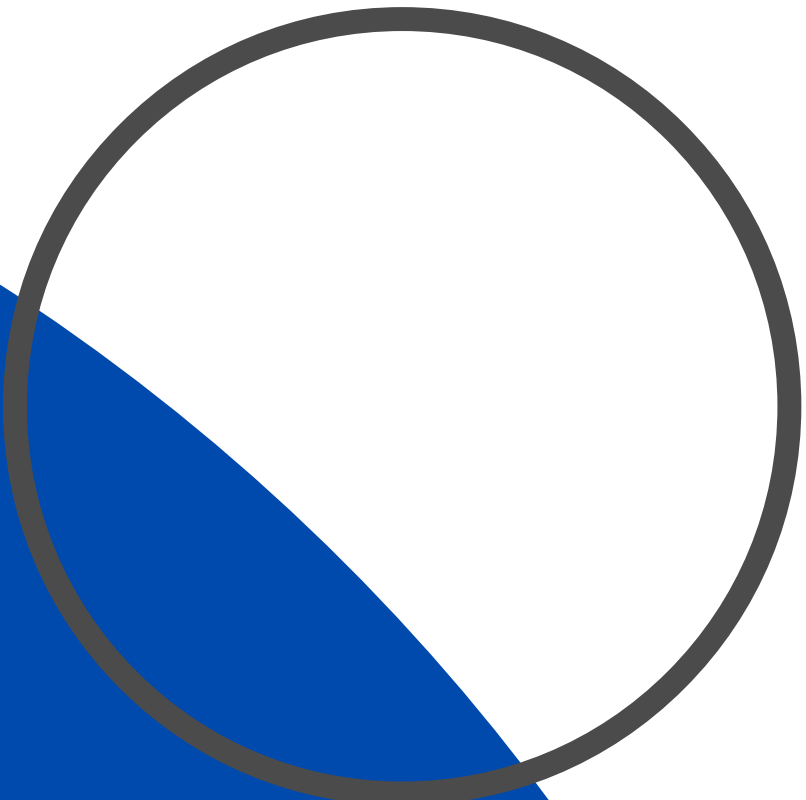
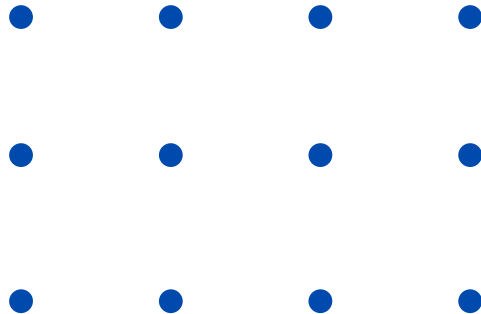
– Я вернусь, мама.

Не вернулся.



ВЫБОР ЛИЧНОСТИ В КРИЗИСНЫЙ МОМЕНТ





Глава 3. Результат

АЛГОРИТМ УПРАВЛЕНИЯ ЭМОЦИЯМИ



ЧТО ДЕЛАТЬ?

1. Осознать эмоцию
2. Определить свою цель (чего я хочу в данной ситуации?)
3. Понять, соответствует ли имеющаяся эмоция цели
4. Если не соответствует, определить, какая эмоция необходима для достижения цели
5. Выбрать безвредный способ для достижения этого состояния
6. Применить способ

С РАДОСТЬЮ ПРОДОЛЖУ С ВАМИ ДИАЛОГ:



POLLY_NA_PYAT



POLLYNAPYAT@GMAIL.COM



+79892805639



ПОЛИНА АЛЕКСЕЕВНА ПЯТАКОВА