

# ПЕДАГОГИЧЕСКАЯ СИТУАЦИЯ

# Условные обозначения

**П** пс «-»

*Педагог (П) и обучающийся (О) НЕ УМЕЮТ конструктивно вести себя в педагогической ситуации (пс «-»)*

**О** пс «-»

**П** пс «+»

*Педагог (П) и обучающийся (О) УМЕЮТ конструктивно вести себя в педагогической ситуации (пс «+»)*

**О** пс «+»

поле воздействия (I)

**РОДИТЕЛИ**

- мама
- папа
- бабушка
- дедушка
- законные представители
- ...

**ШКОЛА**

- директор
- завуч
- психолог
- педагоги
- обучающиеся
- сторонние орг. (охрана, столовая, ...)

**НОРМЫ**

- ФЗ об образовании
- Семейное право
- Гражданское право
- Уголовное право
- Устав школы
- нормы морали
- ...

П ПС «-»

О ПС «-»

П ПС «-»

О ПС «-»

факт (конфликт)

П ПС «+»

О ПС «+»

**Эмоции**

поле воздействия (II)

Эмоц. интел.

**ЭМОЦИИ.**

**Эмоциональный интеллект**

**(EQ)**

# Интенсивность ЭМОЦИЙ

0 %

100 %

## СТРАХ

Опасение

Страх

Паника

Беспокойство

Тревога

Ужас

## ГНЕВ

Недовольство

Досада

Ненависть

Раздражение

Гнев

Ярость

## ПЕЧАЛЬ

Расстройство

Печаль

Горе

Грусть

Уныние

Апатия

## РАДОСТЬ

Удовольствие

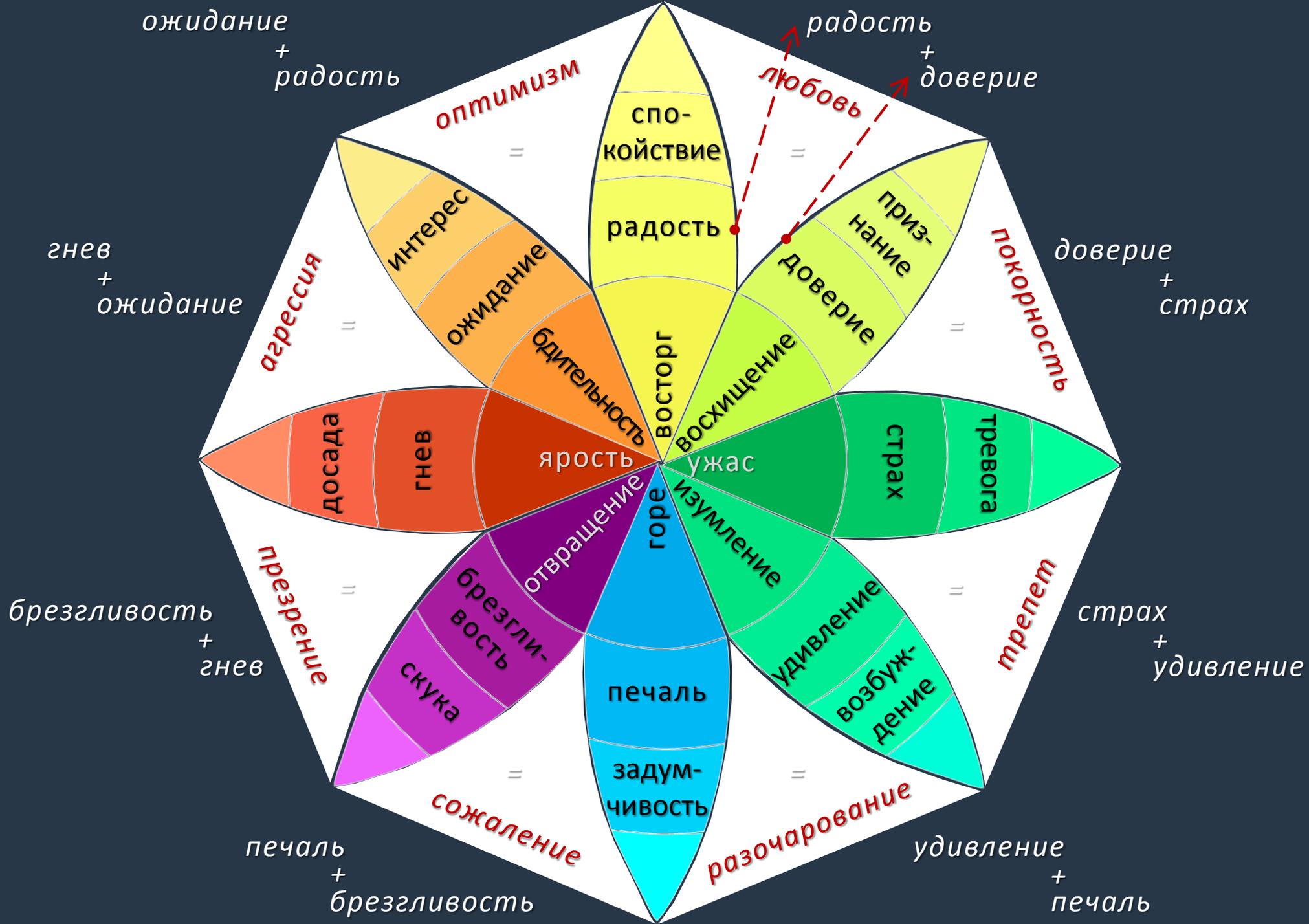
Веселье

Эйфория

Радость

Восторг

Спокойствие



Кратковременные переживания (вспышки радости, разочарования, ...) иногда называют ЭМОЦИЯМИ в узком смысле слова, в отличие от ЧУВСТВ – как более устойчивых, длительных переживаний (любовь, ненависть, ...).

Чувства тоже не «вечны», им так же как и эмоциям свойственно меняться, за исключением, пожалуй, любви (дружбы) очень близких людей

# ЭМО́ЦИЯ

*(от фр. *emotion* – волнение, возбуждение)* – субъективное состояние человека, связанное с оценкой значимости для индивида действующих на него внешних или внутренних раздражителей и выражающееся, прежде всего, в форме **НЕПОСРЕДСТВЕННОГО ПЕРЕЖИВАНИЯ** (удовольствия или неудовольствия, радости, страха, гнева ...)

# ЭМОЦИОНАЛЬНЫЙ ИНТЕЛЛЕКТ

(EQ) – это способность человека оперировать информацией, содержащейся в эмоциях.

Человек с высоким уровнем EQ может учитывать эту информацию и наиболее эффективным (компетентным) образом её использовать

# Эмоциональный интеллект (EQ)

Восприятие  
эмоций

Использование  
эмоций

EQ

Понимание  
эмоций

Управление  
эмоциями

# Эмоциональный интеллект (EQ)

Восприятие эмоций	Способность распознавать эмоции (по мимике, жестам, внешнему виду, походке, поведению, голосу) других людей, а также идентифицировать свои собственные эмоции
Использование эмоций	Способность человека (главным образом неосознанно) активировать свой мыслительный процесс, пробуждать в себе креативность, используя эмоции как фактор мотивации
Понимание эмоций	Способность определять причину появления эмоции, распознавать связь между мыслями и эмоциями, определять переход от одной эмоции к другой, предсказывать развитие эмоции со временем, а также способность интерпретировать эмоции во взаимоотношениях, понимать сложные (амбивалентные, неоднозначные) чувства.
Управление эмоциями	Способность укрощать, пробуждать и направлять свои эмоции и эмоции других людей для достижения поставленных целей. Сюда также относится способность принимать эмоции во внимание при построении логических цепочек, решении различных задач, принятии решений и выборе своего поведения

*Без осознания ЭМОЦИЙ мы не можем ими  
управлять, но осознать эмоции очень трудно,  
практически невозможно!*

*Это и есть глобальная драма  
ЭМОЦИОНАЛЬНОГО ИНТЕЛЛЕКТА*

*Эмоции СТРАХА и ГНЕВА больше связаны с потребностями **выживания и достижения** (физиологические потребности).*

*Эмоции ПЕЧАЛИ и РАДОСТИ связаны с потребностями в **принадлежности и принятии** (социальные потребности)*

В ЭМОЦИИ и ЧУВСТВА вмешивается  
наше СОЗНАНИЕ – наши мысли, установки,  
наше мышление.

И наоборот – эмоции и чувства влияют на наши  
мысли.

Вспомним один из критериев психологического  
здоровья, а именно:

мы в ответе за свои чувства, от нас зависит,  
какими они будут