

Все решает интеллект?



IQ





ЕІ

Эмоциональный интеллект

способность человека распознавать эмоции,
понимать намерения, мотивацию и желания
других людей и свои собственные,
способность управлять своими эмоциями и
эмоциями других людей в целях решения
практических задач

Эмоции



ПОЗИТИВНЫЕ ЭМОЦИИ

1. Радость

2. Страсть

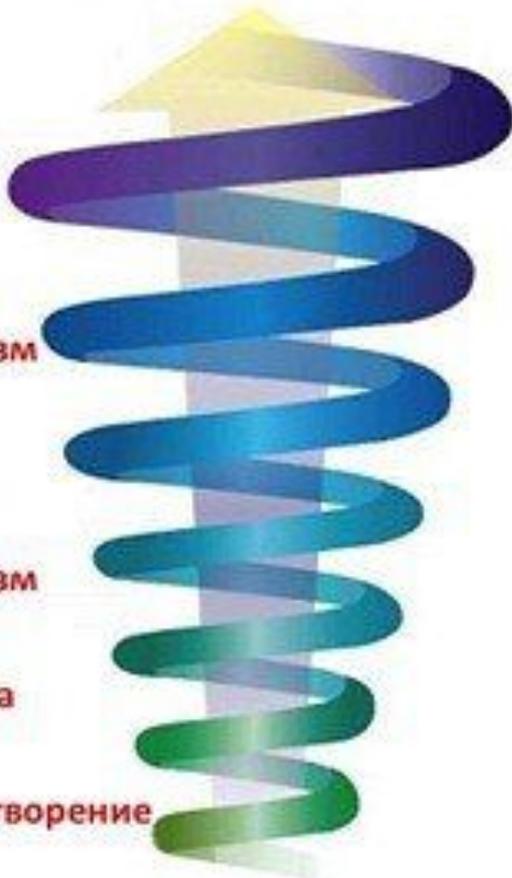
3. Энтузиазм

4. Вера

5. Оптимизм

6. Надежда

7. Удовлетворение



НЕГАТИВНЫЕ ЭМОЦИИ

8. Скука

10. Раздражение

12. Разочарование

14. Беспокойство

16. Уныние

18. Мечь

20. Зависть

22. Страх/Печаль/
Депрессия/Бессилие/
Жертва

9. Пессимизм

11. Волнение

13. Сомнения

15. Обвинение

17. Злость

19. Ненависть

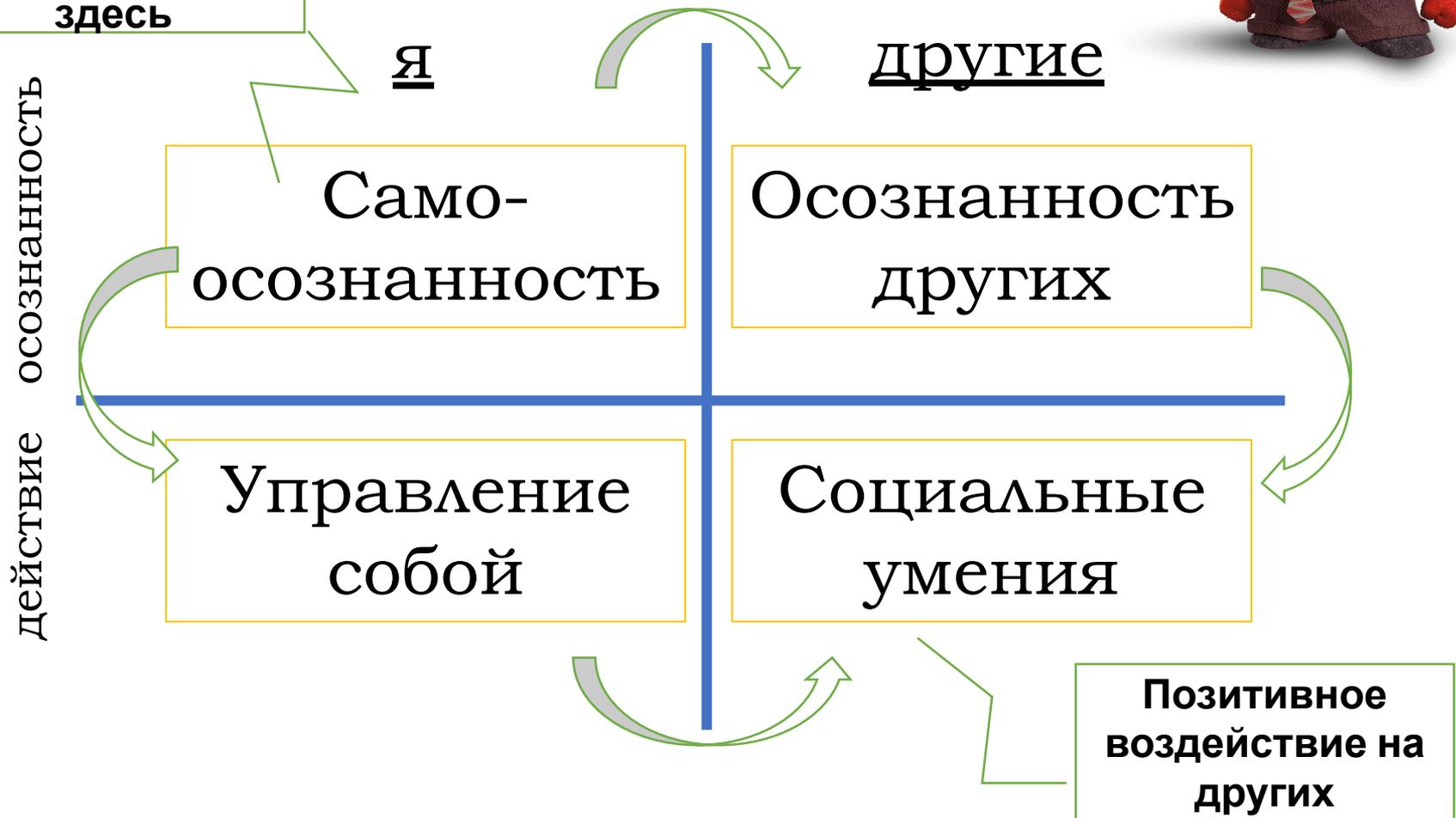
21. Вина/ Низкая
самооценка



Понимание и управление эмоциями



Все изменения
начинаются
здесь





Лидерство и мотивация

Внешнее

EQ коэффициент

осознание эмоций,
эмпатия, управление

VQ коэффициент

способность заряжать
энергией себя и других

Я

Мы

IQ коэффициент

количественная оценка
уровня интеллекта

CQ коэффициент

творчество,
любопытность

Внутреннее

Почитаем?

- ✓ Элинор Портер «Полмиана»
- ✓ Хоаким де Посада и Эллен Зингер «Не набрасывайтесь на мармелад!»
- ✓ Барбара Шэр «Мечтать не вредно»



