

# **Тема 2. Эмоции и эмоциональный интеллект**

## **2.1. Эмоции в качестве главных регуляторов психической жизни**

Бекенжан Жанилаш Бексиыққызы  
магистр педагогических наук  
старший преподаватель кафедры «Педагогика»



# Тема 2. Эмоции и эмоциональный интеллект

**2.1. Эмоции в качестве главных регуляторов психической жизни.**

**2.2. Важная часть эмоционального интеллекта.**

*Цель лекции: раскрыть основные виды эмоций и эмоциональные проявления личности.*

Задачи:

- определить понятия «эмоция», «эмоциональный интеллект»;
- описать положительные функции эмоций;
- охарактеризовать виды эмоций;
- распознать интеллектуальность эмоциональных реакций;
- рассмотреть категории эмоционального интеллекта;
- ознакомиться с различными методиками формирования гармоничного проявления эмоций и развития EQ.

## 2.1. Эмоции в качестве главных регуляторов психической жизни



## 2.1. Эмоции в качестве главных регуляторов психической жизни

*Эмоция*

(от лат. emovere – возбуждать, волновать)



## 2.1. Эмоции в качестве главных регуляторов психической жизни

Положительные функции  
эмоций



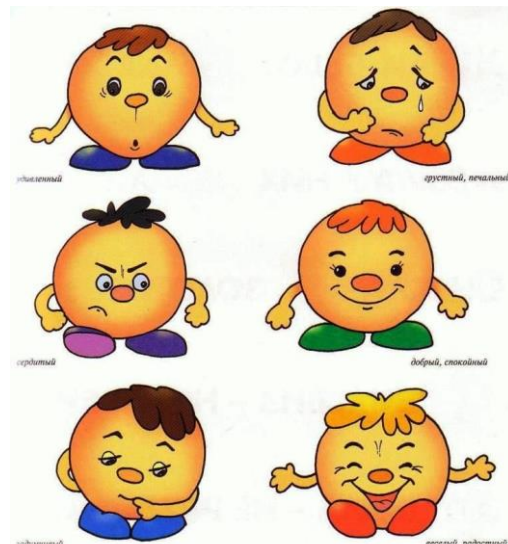
Мотивационно-регулирующая  
Коммуникативная  
Сигнальная  
Защитная

Эмоции и Ощущения  
слиты в сознании и  
переживаниях человека

## 2.1. Эмоции в качестве главных регуляторов психической жизни

### *Основные виды:*

- ✓ настроение
- ✓ простейшая или биологическая
  - ✓ аффект
  - ✓ чувство
  - ✓ страсть
  - ✓ стресс



## 2.1. Эмоции в качестве главных регуляторов психической жизни



С.Л. Рубинштейн

Три сферы эмоциональных  
проявлений личности:  
✓ органическая  
✓ предметные чувства  
✓ обобщенные  
мировоззренческие чувства

## 2.1. Эмоции в качестве главных регуляторов психической жизни

Эмоциональный интеллект — это вид интеллекта, отвечающий за распознавание личных эмоций и эмоций окружающих людей, а также за управление ими

Джон Майер  
Питер Сэловей  
Дэниела Гоулман  
Дэвид Карузо





## 2.1. Эмоции в качестве главных регуляторов психической жизни

### *Уровни эмоционального интеллекта:*

- 1 уровень развития – способность выражать эмоции.
- 2 уровень – оценка эмоций.
- 3 уровень рассуждение над эмоциями и их использование в рассуждениях.
- 4 уровень – управление эмоциями.