

# ЭМОЦИОНАЛЬНЫЙ ИНТЕЛЛЕКТ

**Екатерина Хромушина**

Профессиональный тьютор и тренер развития эмоционального интеллекта (EASEIP) по методологии Йельского университета (США)

Бизнес-коуч (ICU)

HR эксперт



# Имеют ли значение эмоции на рабочем месте?

ЭМОЦИИ ВЛИЯЮТ НА:

- ✓ суждения людей
- ✓ желание взаимодействовать
- ✓ креативное решение проблем
- ✓ удовлетворенность работой
- ✓ принятие эффективных решений

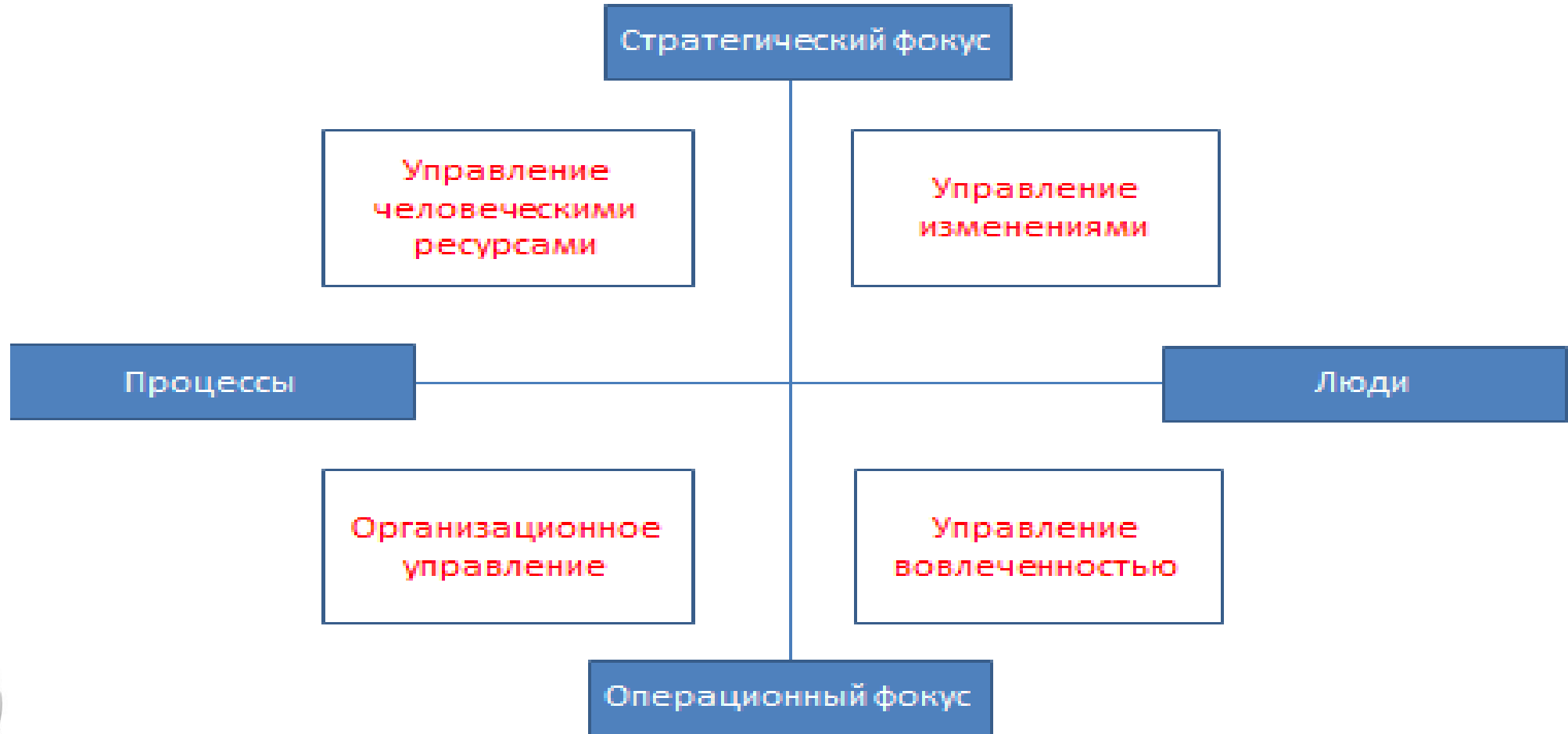


- ✓ Исследования, проводившиеся за последнее десятилетие, показали, что настроения и эмоции **влиять на ход мыслей и принятие решений**
- ✓ Вопреки сложившимся представлениям, эмоции не вредят этим процессам (из чего вытекает необходимость их устранения или уменьшения), а выступают в роли советников, т.к. несут в себе сигналы, помогающие **сделать оптимальный выбор** (Ameriks, Wranik, Salovey, 2009).



*«Взаимосвязь эмоционального интеллекта руководителей и экономической эффективности организации»  
Хлевная Е.А. к. э. н., доц. каф. экономики и организации промышленного производства РЭУ им. Г.В. Плеханова.  
Штроо В.А. – к. психол. н., профессор кафедры организационной психологии НИУ ВШЭ*

# HR ФОКУС



# РОЛИ И ЗАДАЧИ HR



# Будущие тренды управления

ИССЛЕДОВАНИЕ WORLD ECONOMIC FORUM'S  
GLOBAL AGENDA COUNCIL

МЕРОПРИЯТИЕ FUTURE OF SOFTWARE AND  
SOCIETY «эмоциональный интеллект»,

который сейчас не входит в топ 10 трендов  
развития, **БУДЕТ ОДНИМ ИЗ САМЫХ**

**ВОСТРЕБОВАННЫХ НАВЫКОВ**, необходимых

всем без исключения уже через четыре года.



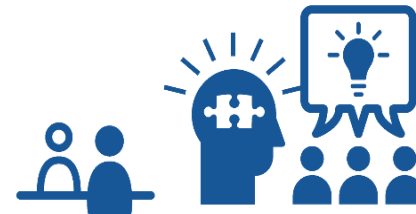
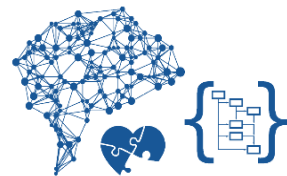
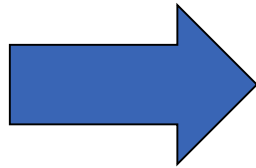
## Top 10 skills

### in 2020

1. Complex Problem Solving
2. Critical Thinking
3. Creativity
4. People Management
5. Coordinating with Others
6. Emotional Intelligence
7. Judgment and Decision Making
8. Service Orientation
9. Negotiation
10. Cognitive Flexibility

### in 2015

1. Complex Problem Solving
2. Coordinating with Others
3. People Management
4. Critical Thinking
5. Negotiation
6. Quality Control
7. Service Orientation
8. Judgment and Decision Making
9. Active Listening
10. Creativity



# ЭМОЦИОНАЛЬНЫЙ ИНТЕЛЛЕКТ



Профессоры Йельского  
университета и университета  
Нью-Гемпшир

четко определяемая и измеряемая

## СПОСОБНОСТЬ

перерабатывать информацию, содержащуюся в эмоциях, определять значение эмоций, их связи друг с другом, использовать эмоциональную информацию в качестве основы для мышления и принятия решений.

(Mayer J.D., Salovey P., Caruso D.R.)





# Модель способностей ЭИ

<b>ВОСПРИЯТИЕ ЭМОЦИЙ</b> (распознавание, идентификация)	Эмоции содержат информацию о нас самих, других людях и мире вокруг нас, эмоции – это данные
<b>ИСПОЛЬЗОВАНИЕ ЭМОЦИЙ</b> для стимулирования умственной деятельности	Наши эмоции влияют как на то, о чем мы думаем, так и на то, как мы думаем
<b>ПОНИМАНИЕ И АНАЛИЗ ЭМОЦИЙ</b>	Понимание причин эмоций, предугадывание изменения эмоций, описание эмоций словами при общении
<b>УПРАВЛЕНИЕ ЭМОЦИЯМИ</b>	Усиление, уменьшение, вызывание (создание) или предотвращение эмоций для достижения позитивных результатов

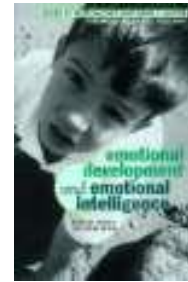


# ИСТОРИЯ EI

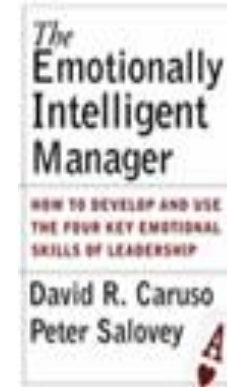
## Emotional Intelligence



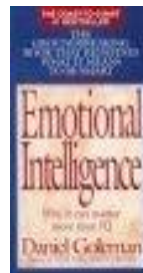
**Salovey &  
Mayer  
(1990)**



**Mayer & Salovey (1997)  
Mayer, Caruso,  
& Salovey (1999)**



**Caruso &  
Salovey (2004)**



**Goleman  
(1995)**



Эмоциональный интеллект ~~EQ~~

Эмоциональный интеллект EI



# ЭМОЦИИ

(от лат. emovere - возбуждать, волновать)



*Словарь Ожегова*

**Эмоция** -  
душевное  
переживание

Особый класс психических процессов и состояний, связанных с инстинктами, потребностями и мотивами, отражающих в форме непосредственного переживания (удовлетворения, радости, страха и т.д.) значимость действующих на индивида явлений и ситуаций для осуществления его жизнедеятельности.

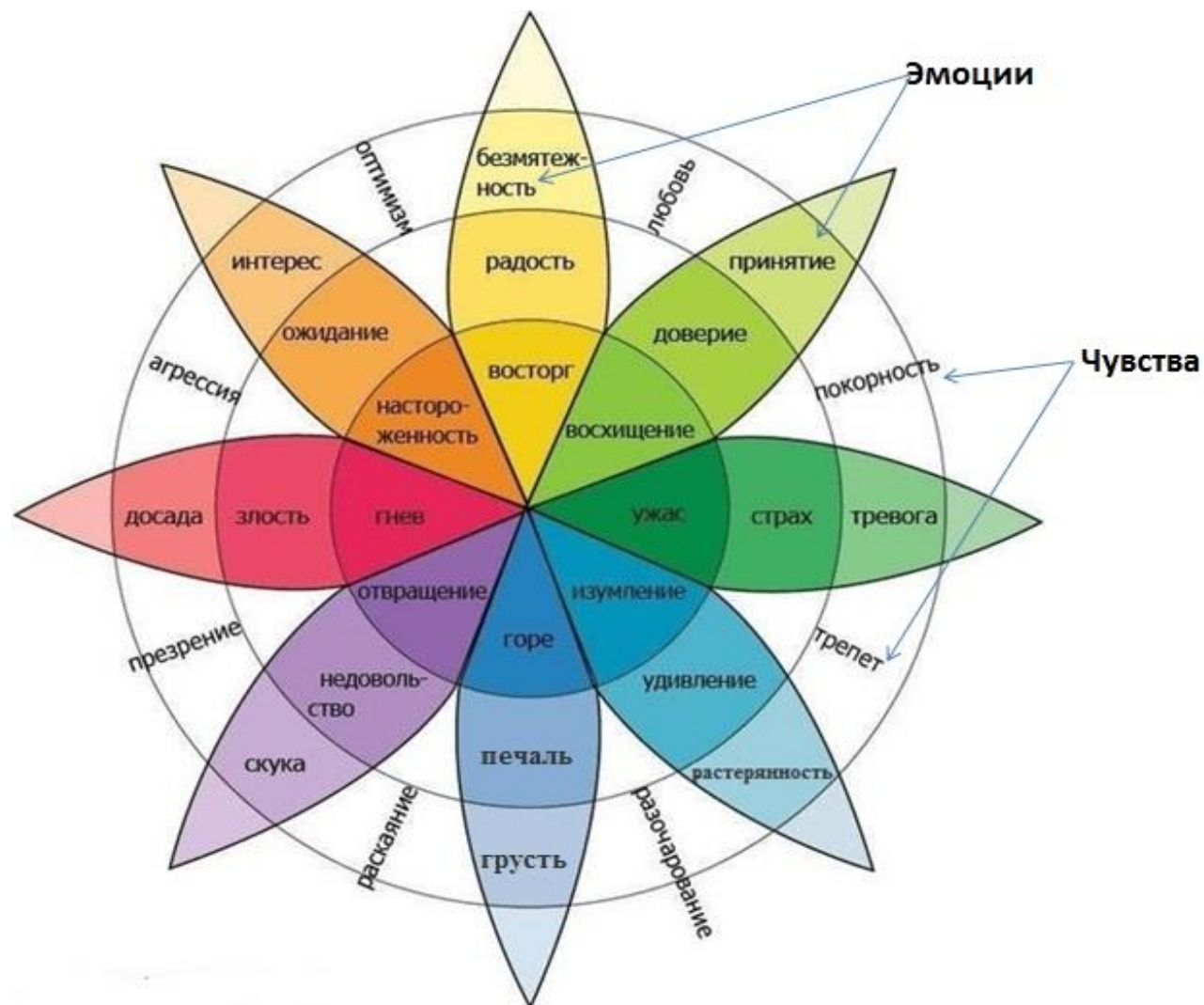
Сопровождая практически любые проявления активности личности, эмоции служат одним из главных механизмов внутренней регуляции психической деятельности и поведения, направленных на удовлетворение актуальных потребностей.

*Мещеряков Б., Зинченко В. Большой психологический словарь, 3-е изд., Прайм-Евроснак, С.-Петербург, 2003*



# Значение, интенсивность и разновидность эмоций

(R Plutchik)



# РАЗВИТИЕ ЭИ РЕШАЕТ КОМПЛЕКСНЫЕ ЗАДАЧИ

ТВОРЧЕСКОЕ  
МЫШЛЕНИЕ

НОВАТОРСКИЕ  
ИДЕИ

УНИКАЛЬНЫЙ  
ПРОДУКТ

РАЗВИТЫЙ  
ЭМОЦИОНАЛЬНЫЙ  
ИНТЕЛЛЕКТ

УДОЛЕТВОРЕННОСТЬ  
РАБОТОЙ

РОСТ  
ЭФФЕКТИВНОСТИ  
ДЕЯТЕЛЬНОСТИ

РОСТ  
ФИНАНСОВОГО  
РЕЗУЛЬТАТА

УЛУЧШЕНИЕ  
ВЗАИМОДЕЙСТВИЯ  
С КОЛЛЕГАМИ

СПЛОЧЕННЫЙ  
КОЛЛЕКТИВ

УЛУЧШЕНИЕ  
ВЗАИМОДЕЙСТВИЯ  
С КЛИЕНТАМИ

РОСТ  
ЛОЯЛЬНОСТИ

РОСТ  
КОЛИЧЕСТВА



# Измеритель настроения

Достижение соглашения

Внимательное слушание

Самоанализ

Сочувствование к-л

Вдохновлять кого-либо

Мозговой штурм

Творческие задачи

Активная познавательная  
деятельность

Редактирование  
документов

Написание отчетов

Проверка ошибок

Диагностика проблем

Бороться за права

Критический подход

Добывать новую  
информацию



# Дневник эмоций

Дата	Время	Эмоция	Интенсивность 1-5	Комментарии (причина, ситуация и т.п.)
	10:00			
	12:00			
	14:00			
	16:00			
	18:00			
	20:00			
	22:00			
<b>Преобладающая эмоция дня</b>				

