

КУЛЬТУРА ЕМОЦІЙ

Який термін заховався за ребусом?

Е



”



ї

Прочитайте в переліку літер ті, що розташовані в такій послідовності: 2, 6, 8, 14, 17, 19, 21, 24, 26, - і ви дізнаєтеся, як перекладається слова «емоція» з латинської мови

В Х Ф У М В Ц И С И Н Б О Л В Л Ю З В М А Д Р Т О И Т

За хмариною слів виберіть по 10 позитивних і негативних емоцій

Позитивні

Негативні



Який терміни зашифровані?

Доповніть схему «Складові емоційного інтелекту»

Ставлення людини до світу, до того, що вона робить, і до того, що з нею відбувається - це

Я Т Т у Ч О П

Вміння розпізнавати свої емоції та керувати ними - це

Й И Н Й І Ц О М Е Т К Е Л Е Т Н І

Встановіть відповідність між рівнями емоційного самоконтролю та їх визначенням



Низький рівень



Високий рівень



Середній рівень

Ви розпізнаєте і приймаєте свої емоції, умієте коректно висловлювати та відпускати негативні відчуття

Ви розумієте, що відчуваєте, але іноді опиняєтеся в потоці емоцій і вам впоратися з ними

Емоції часто переповнюють вас, і ви нічого не можете з ними вдіяти. Іноді не можете пояснити, що відчуваєте

У віртуальному спілкуванні для висловлення емоцій використовують _____ так звані _____

Перетворіть висловлювання на «Я-повідомлення»

«Ти - повідомлення»: Ти завжди розкидаєш на парті свої речі

«Я - повідомлення»: