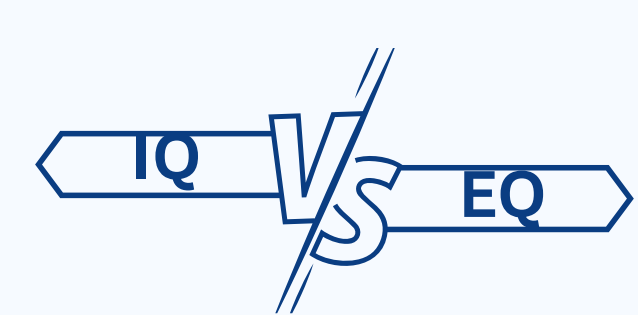




EQ VS IQ

ЩО ВИЗНАЧАЄ УСПІШНОГО ЛІДЕРА СЬОГОДНІ

Кокаре́ва Анже́ліка,
деканеса факультету наук про здоров'я,
кандидатка педагогічних наук, доцентка
Київський авіаційний інститут



IQ (Intellectual Quotient) - це потужність вашого процесора.

Логіка, швидкість обробки даних, стратегічне мислення, хард скіли

ФУНКЦІЯ - ВИРІШУВАТИ ЗАДАЧІ

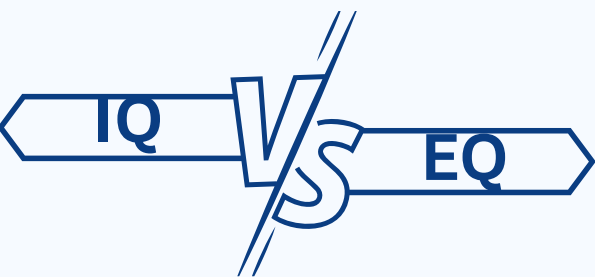
EQ (Emotional Quotient) - це ваша операційна система та інтерфейс.

Здатність розпізнавати свої емоції, керувати ними та розуміти емоції

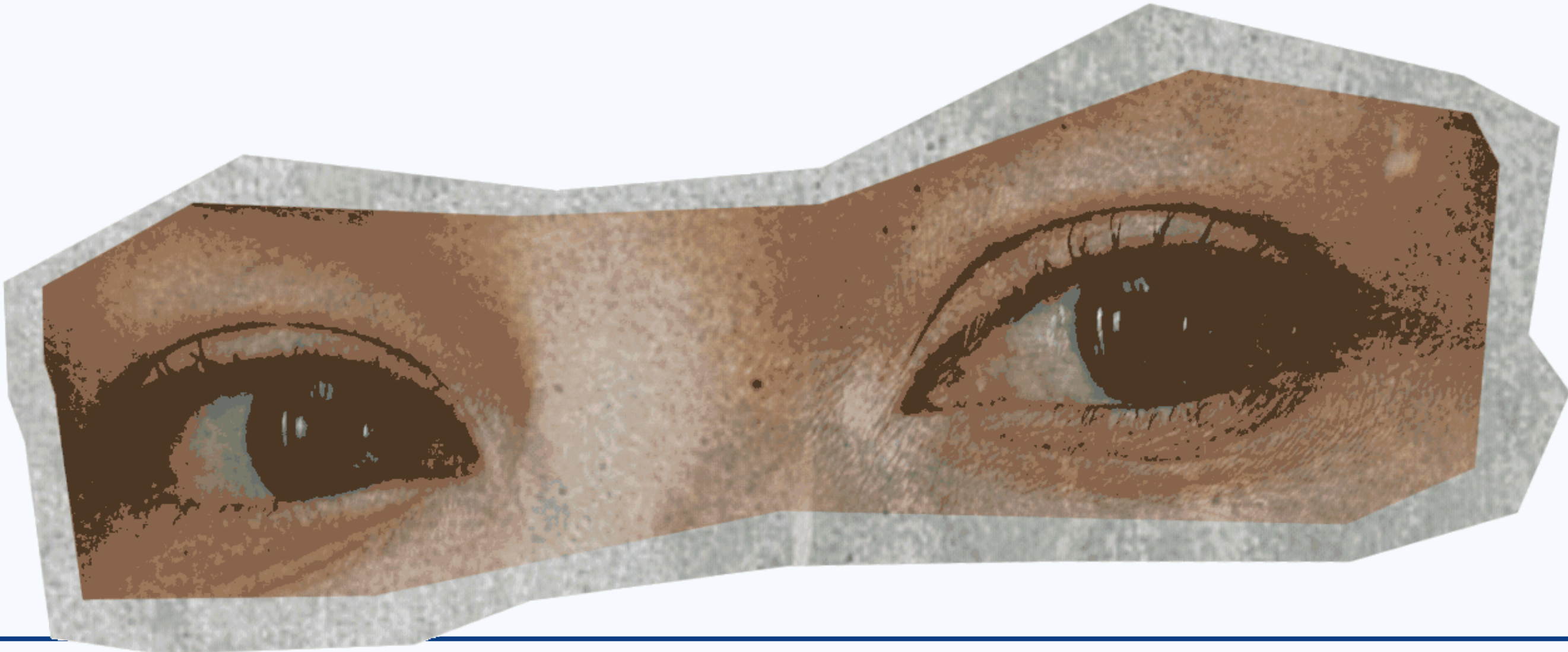
ІНШИХ

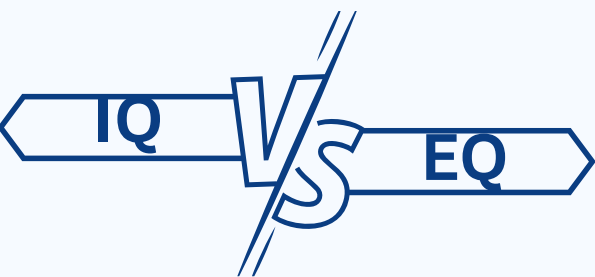
ФУНКЦІЯ - ВИРІШУВАТИ КОНФЛІКТИ ТА НАДИХАТИ ЛЮДЕЙ



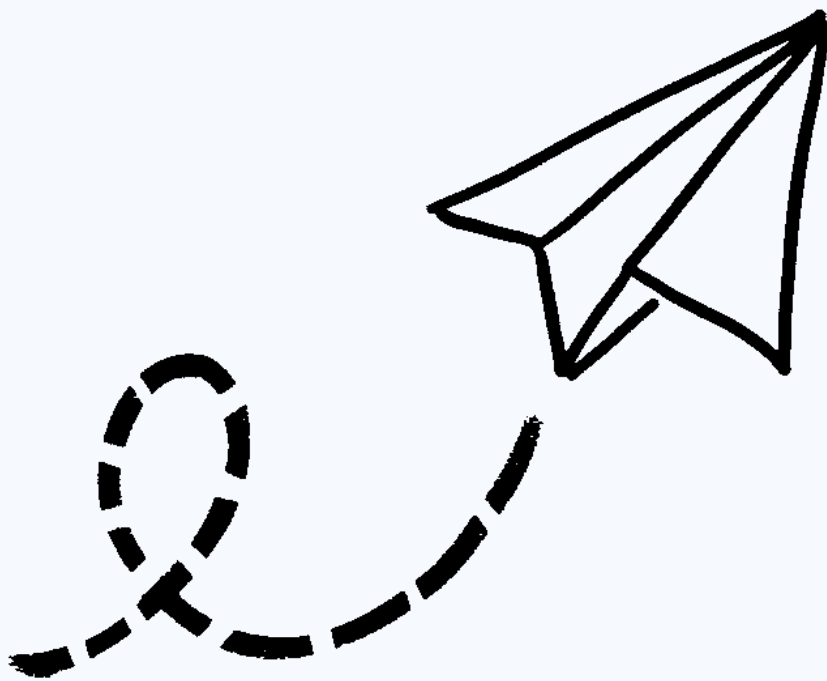


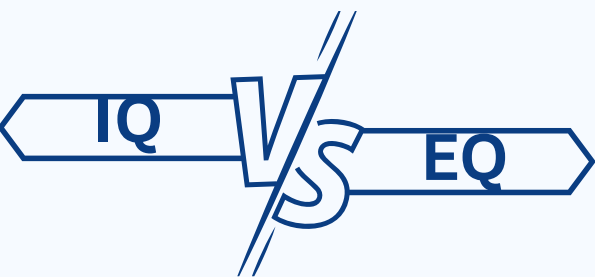
МІФ ЧИ РЕАЛЬНІСТЬ?





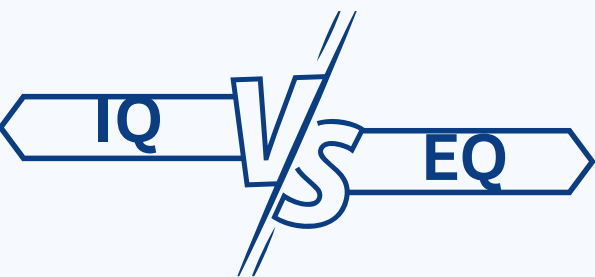
ВИСОКИЙ IQ АВТОМАТИЧНО РОБИТЬ ЛЮДИНУ ХОРОШИМ ЛІДЕРОМ



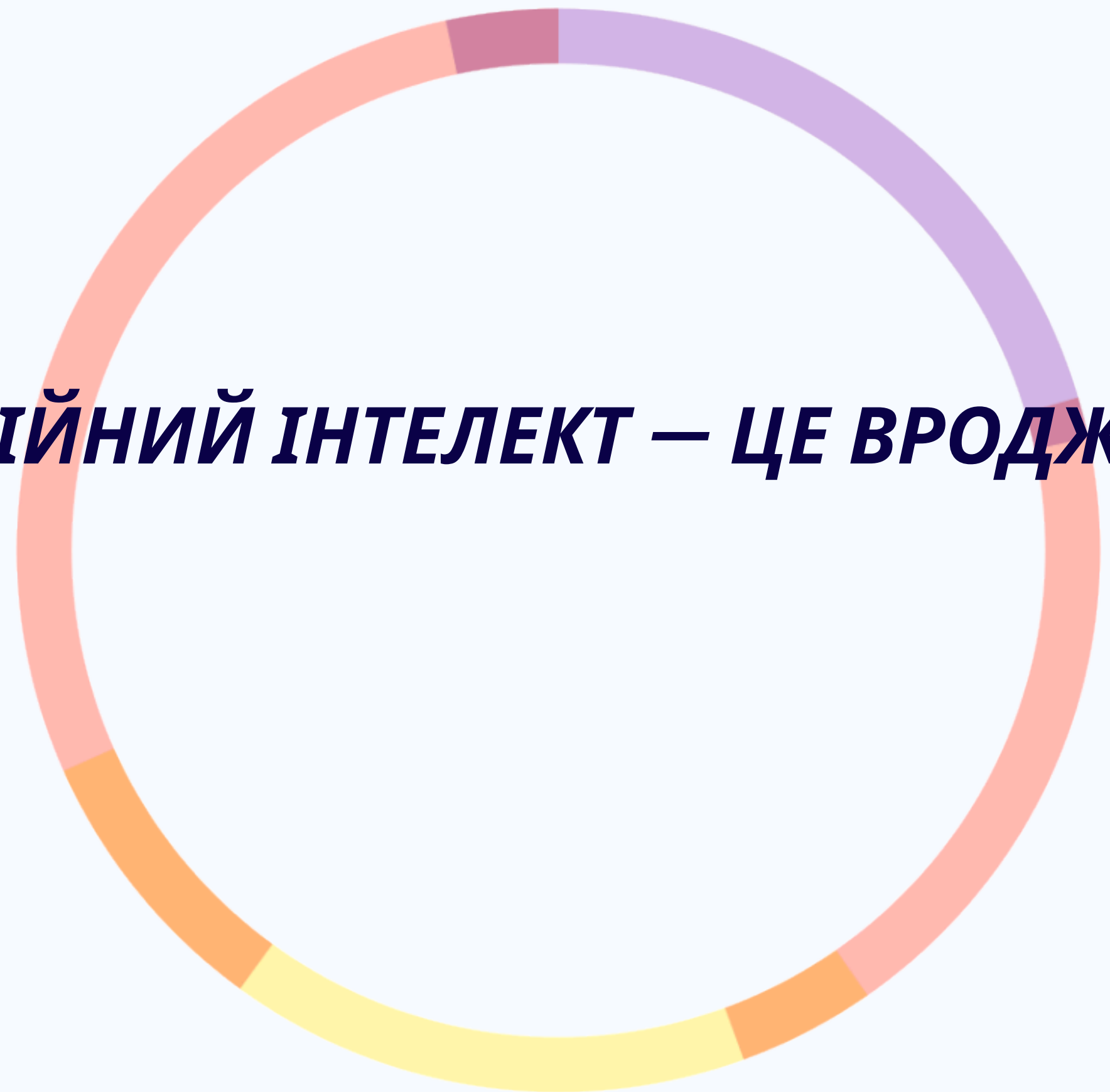


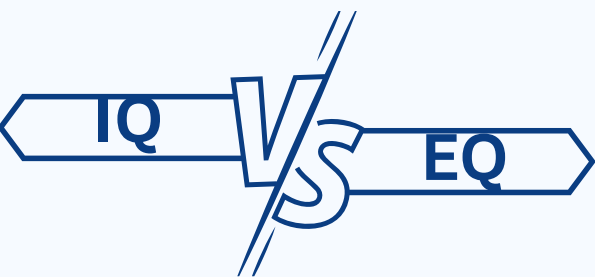
EQ ВАЖЛИВІШИЙ ЗА IQ У КРИЗОВИХ СИТУАЦІЯХ



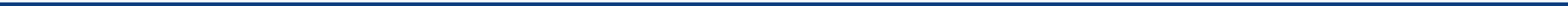


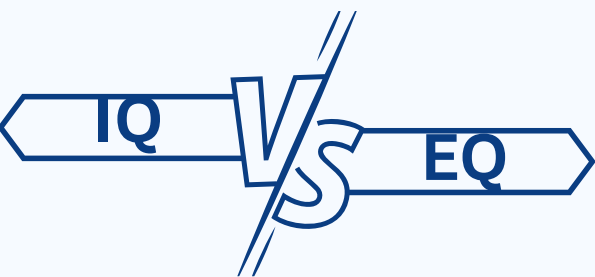
ЕМОЦІЙНИЙ ІНТЕЛЕКТ — ЦЕ ВРОДЖЕНА РИСА





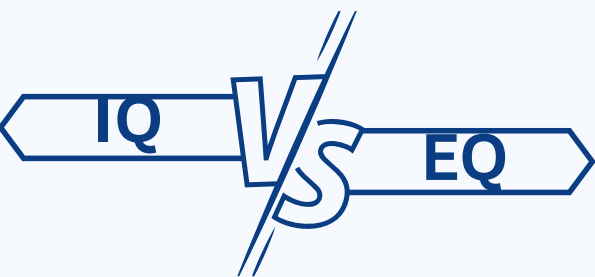
ЛІДЕР ІЗ ВИСОКИМ EQ ЗАВЖДИ М'ЯКИЙ



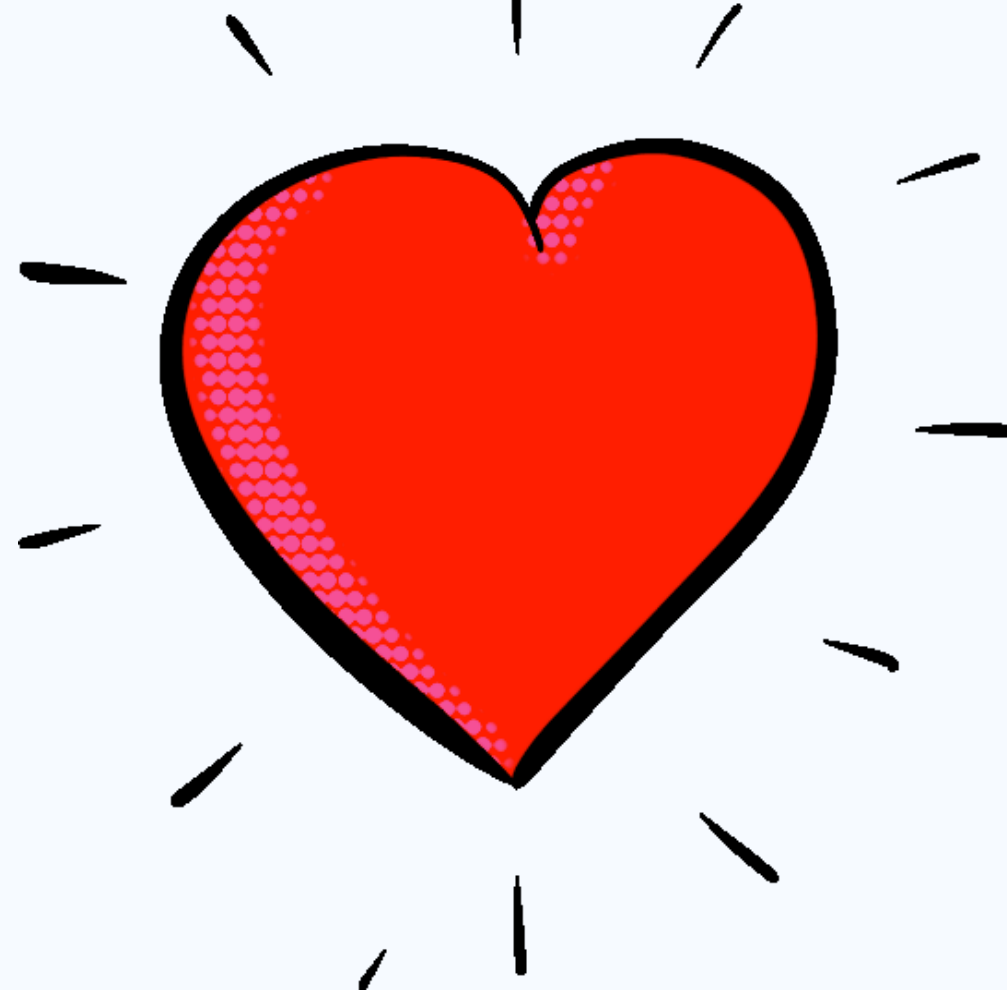


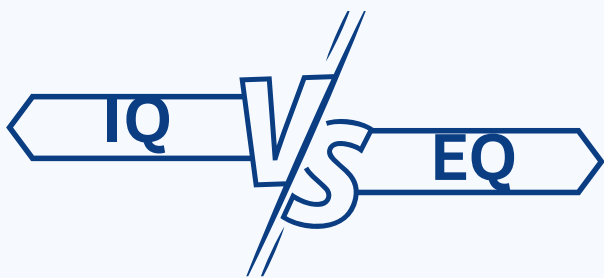
IQ ВАЖЛИВІШИЙ НА СТАРТІ КАР'ЄРИ, EQ – ДЛЯ РОСТУ



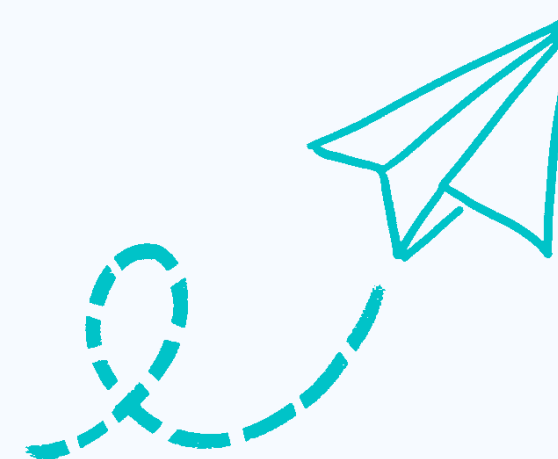


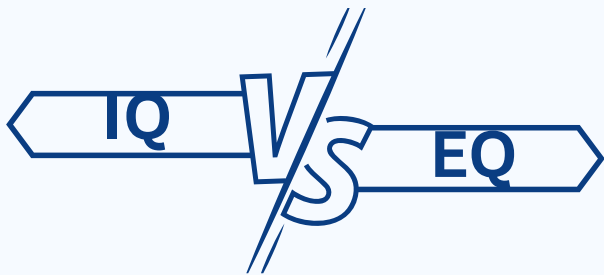
КОМАНДИ З ЛІДЕРОМ ІЗ ВИСОКИМ EQ ЕФЕКТИВНІШІ



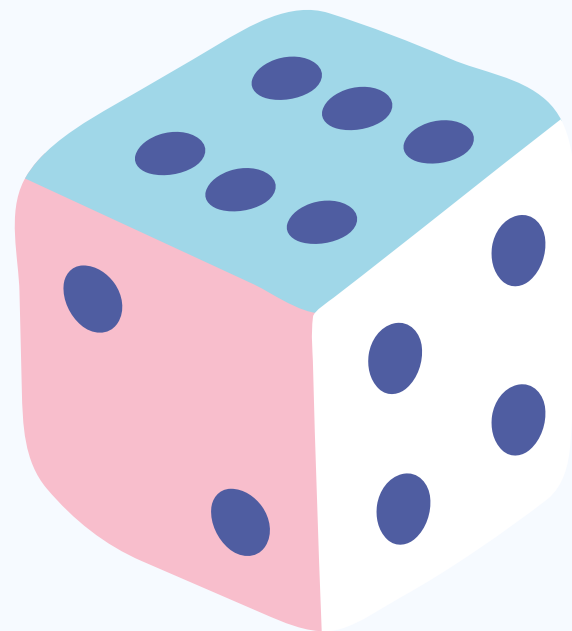


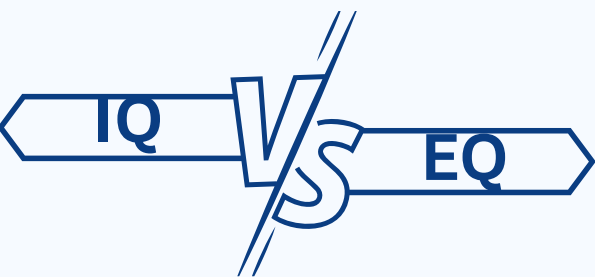
РАЦІОНАЛЬНІСТЬ ВАЖЛИВІША ЗА ЕМПАТІЮ В БІЗНЕСІ





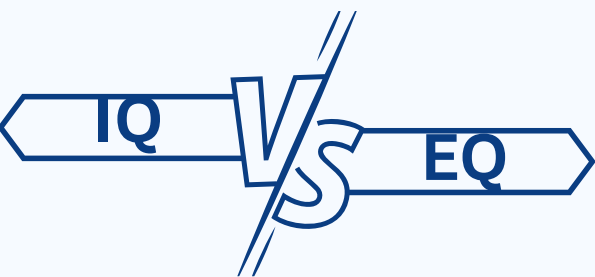
ЛІДЕР МОЖЕ БУТИ УСПІШНИМ БЕЗ УПРАВЛІННЯ ЕМОЦІЯМИ





EQ НАПРЯМУ ВПЛИВАЄ НА ДОВІРУ В КОМАНДІ

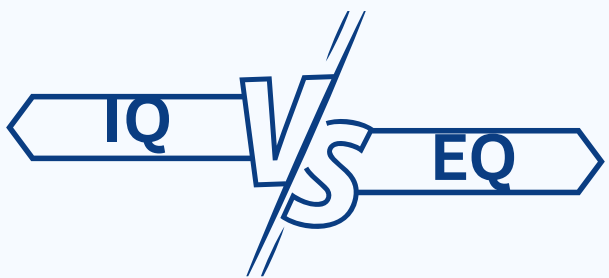




НАЙЕФЕКТИВНІШІ ЛІДЕРИ МАЮТЬ БАЛАНС IQ ТА EQ

100%





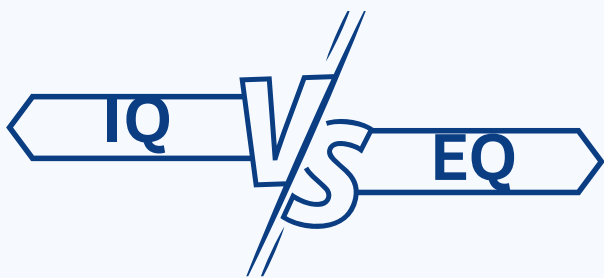
РУХАНКА «УВІМКНИ СИСТЕМУ»

***«ЗАРАЗ МИ ПЕРЕВІРИМО, ЩО У ВАС ШВИДШЕ ВМИКАЄТЬСЯ
— ГОЛОВА ЧИ СЕРЦЕ»***

РУХИ:

- IQ → ТОРКАЄМОСЬ ГОЛОВИ***
- EQ → КЛАДЕМО РУКУ НА СЕРЦЕ***





IQ (INTELLIGENCE QUOTIENT) ІНТЕЛЕКТУАЛЬНИЙ КОЕФІЦІЄНТ

Це здатність людини:

логічно мислити

аналізувати інформацію

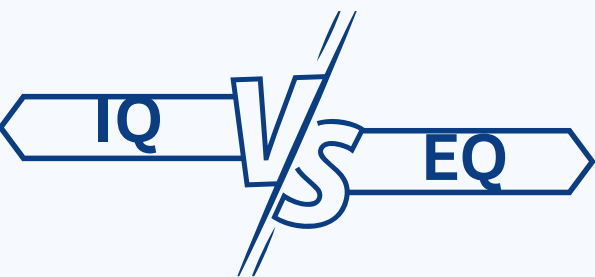
знаходити рішення

працювати з цифрами, фактами, стратегіями

Простими словами:

IQ — це наскільки добре ви думаєте.





У КОНТЕКСТІ ЛІДЕРСТВА

IQ допомагає:

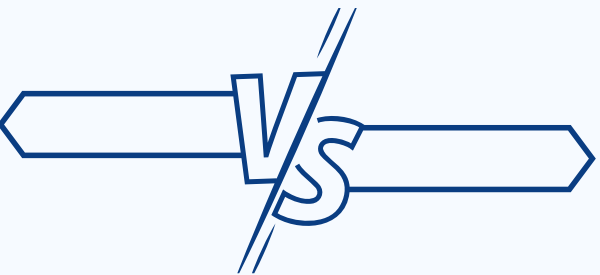
- приймати розумні рішення
- будувати стратегію
- бачити картину в цілому

EQ допомагає:

- надихати команду
- вирішувати конфлікти
- створювати довіру
- залишатися лідером у стресі

***УСПІШНИЙ ЛІДЕР СЬОГОДНІ – ЦЕ НЕ “IQ АБО EQ”,
А ВМІННЯ ПОЄДНУВАТИ ОБИДВА***





МИНУЛЕ

ЛІДЕР = ЕНЦИКЛОПЕДІЯ

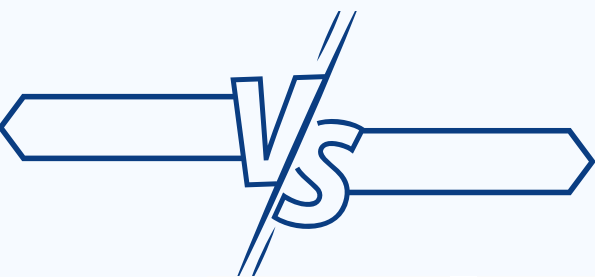
Головний той, хто знає більше за всіх (IQ)



СЬОГОДЕННЯ

**EQ = ГОЛОВНА КОНКУРЕНТНА
ПЕРЕВАГА ЛЮДИНИ**





**ЕМОЦІЙНИЙ ІНТЕЛЕКТ (EQ) – ЗДАТНІСТЬ РОЗУМІТИ ПОЧУТТЯ
СВОЇ ТА ІНШИХ, ВМІННЯ КЕРУВАТИ ЕМОЦІЯМИ**



САМОПІЗНАННЯ

**Усвідомлювати свої емоції, тобто
могти назвати те, що ми почуваємо,
ідентифікація свого емоційного стану,
настрою**



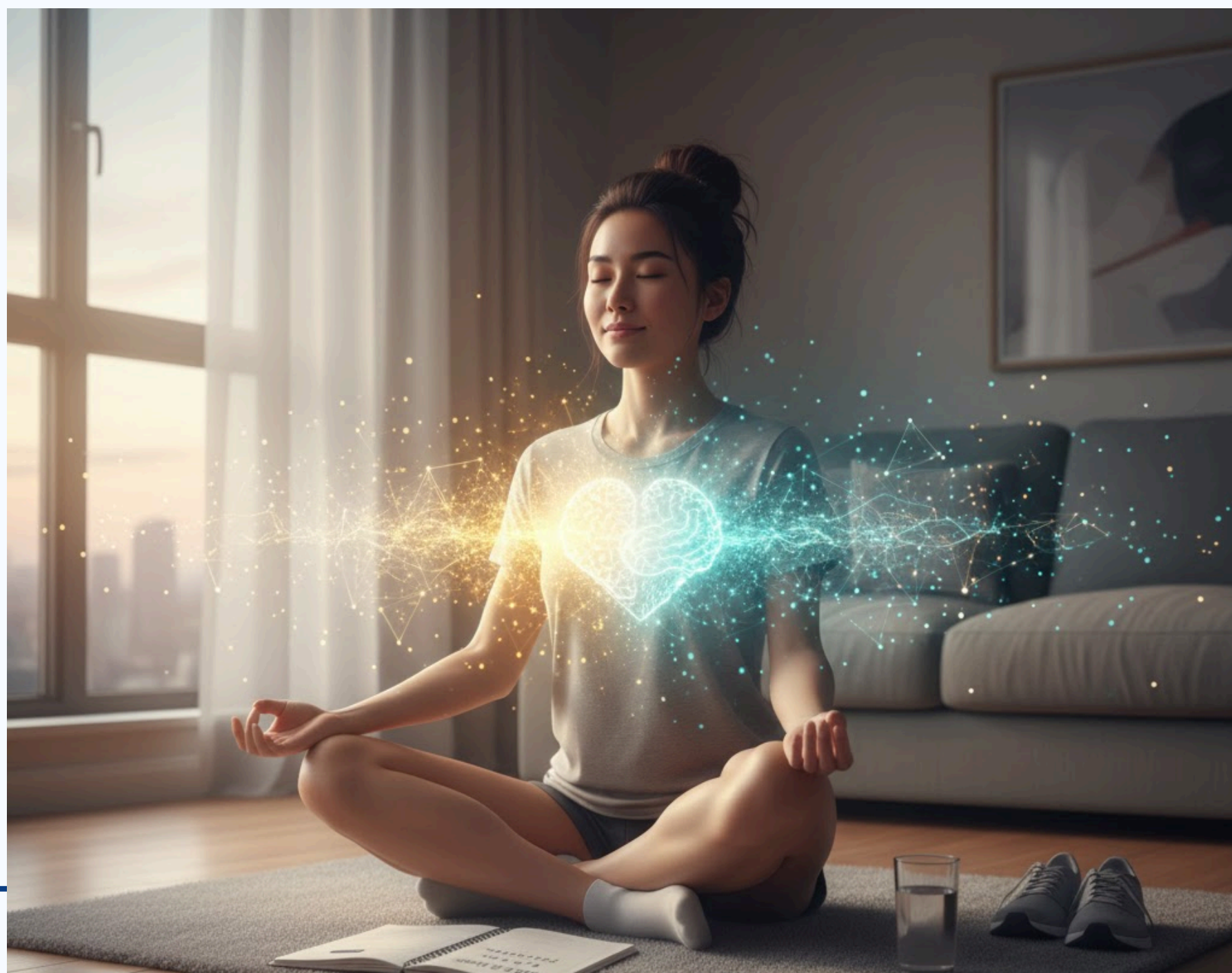
САМОРЕГУЛЯЦІЯ

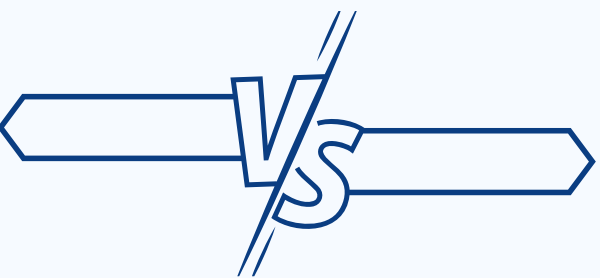
Управляти своїми емоціями (саморегуляція) – тобто володіти собою в певних ситуаціях, вміти при потребі визначити рамки свого впливу, заспокоїти себе, справитися з тривогою чи гнівом



САМОМОТИВАЦІЯ

вміння управляти власними імпульсами, тобто при потребі, відкладати задоволення і приборкувати моментні бажання, щоб досягнути більшого в майбутньому





ЕМПАТІЯ

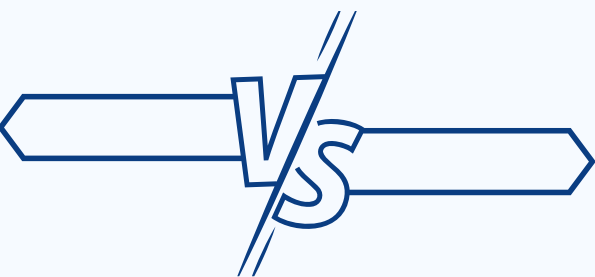
розпізнавання емоцій інших людей – здатність враховувати почуття інших людей при прийнятті рішень, навичка слухати і чути, дивитися і бачити емоційні стани, потреби інших людей



НАВИЧКИ ВЗАЄМОДІЇ

Управління стосунками – побудова здорових стосунків, вміння зацікавити людей, привабити їх на свою сторону, працювати в команді, вирішувати конфлікти, бачити сильні сторони людей і допомагати їм у реалізації цілей і планів, вміння створити в команді атмосферу довіри





ЩО ВИЗНАЧАЄ УСПІШНОГО ЛІДЕРА СЬОГОДНІ?

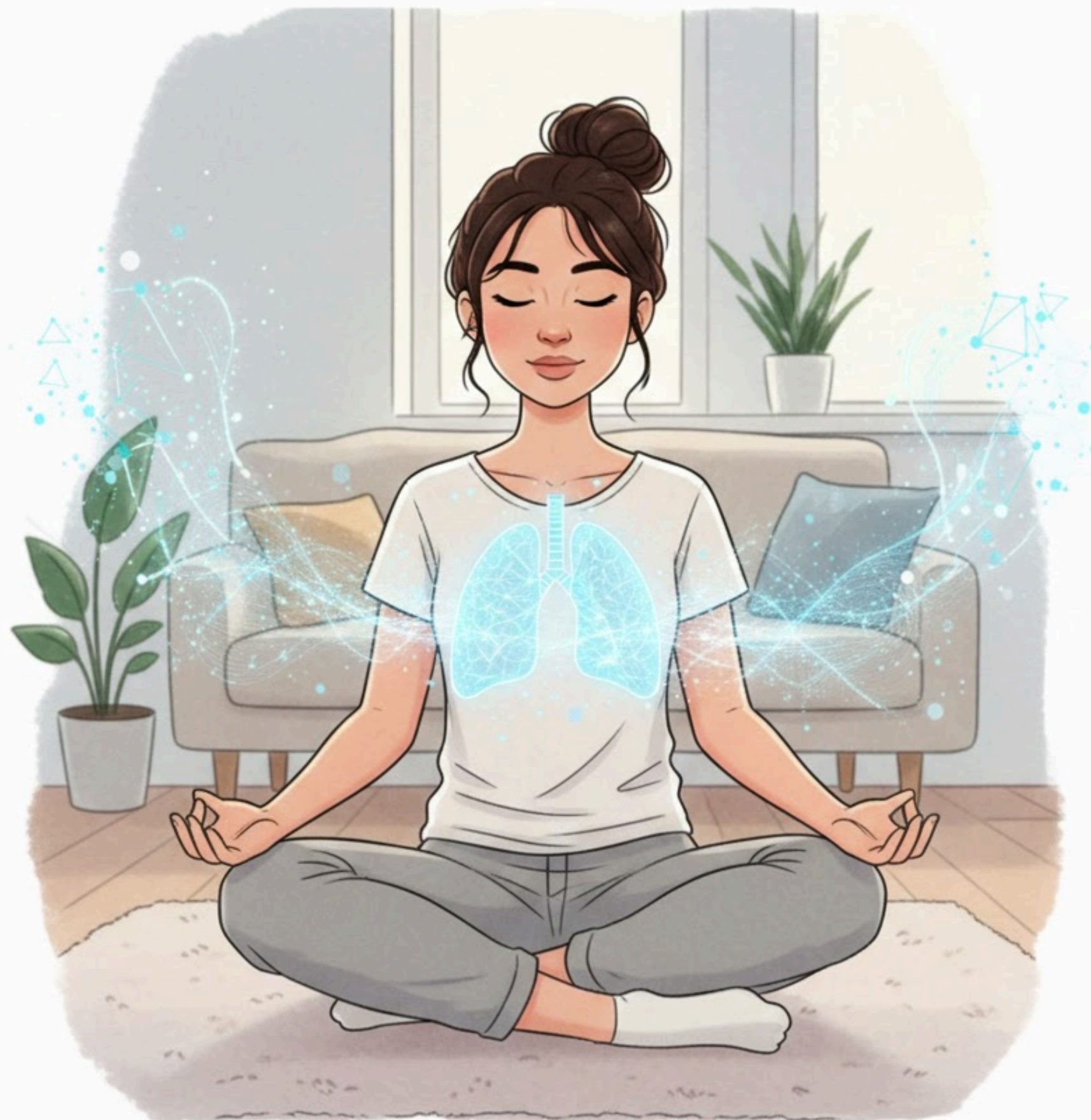


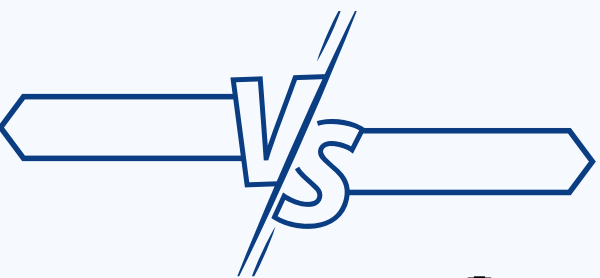
ЕМОЦІЙНИЙ ІНТЕЛЕКТ – ЦЕ ЯК М'ЯЗ (ЙОГО МОЖНА НАКАЧАТИ))

10

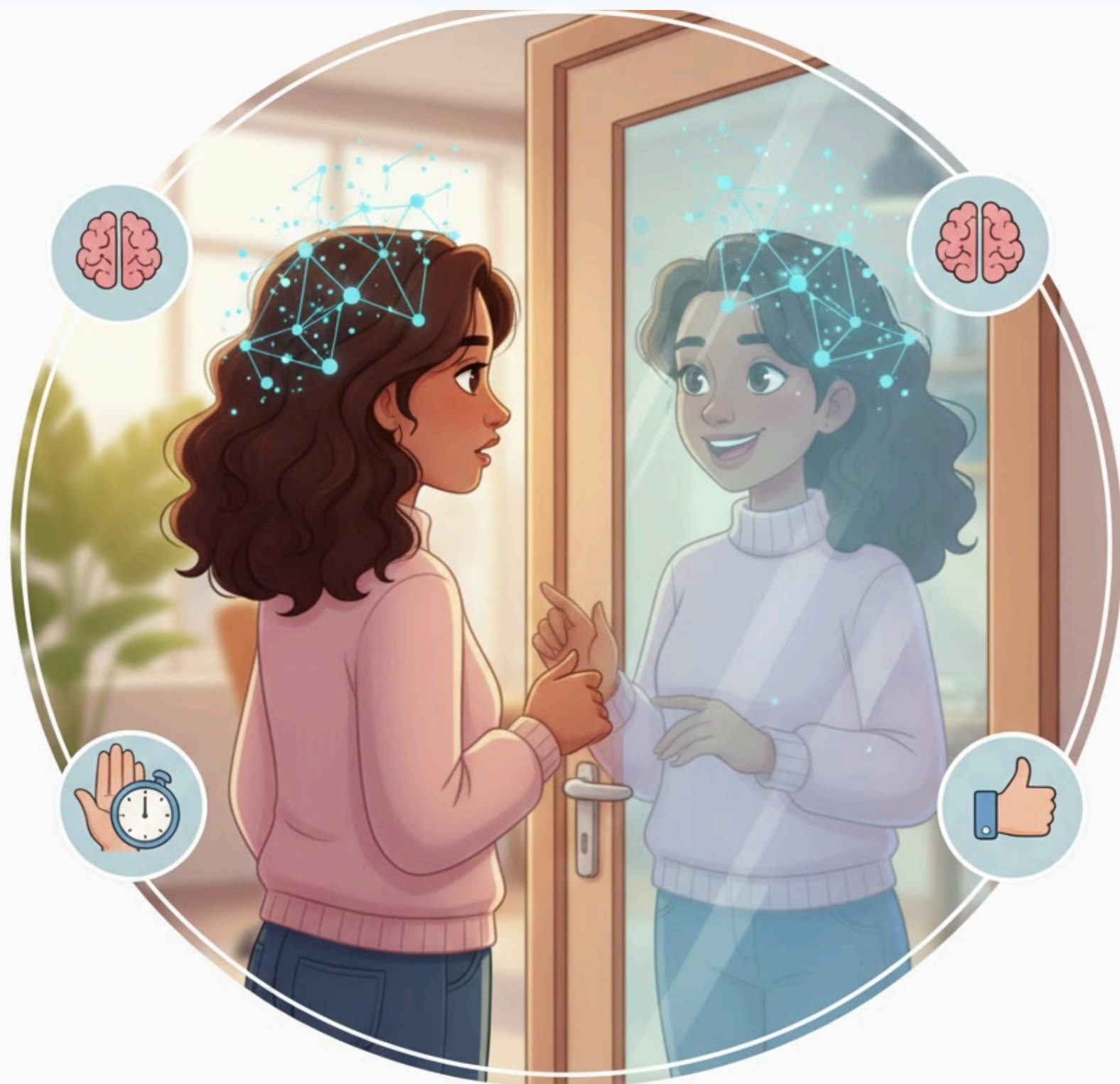


НЕ ЗАБУВАТЕ ДИХАТИ





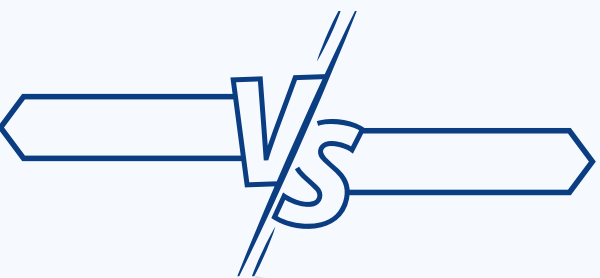
ЗВЕРНІТЬ УВАГУ НА ТЕ, ЯК ВИ СЕБЕ ПОВОДИТЕ





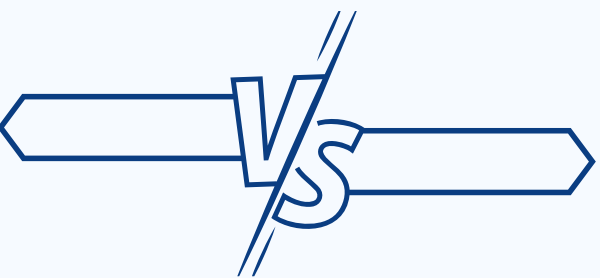
ВІЗЬМІТЬ ВІДПОВІДАЛЬНІСТЬ ЗА СВОЇ ПОЧУТТЯ





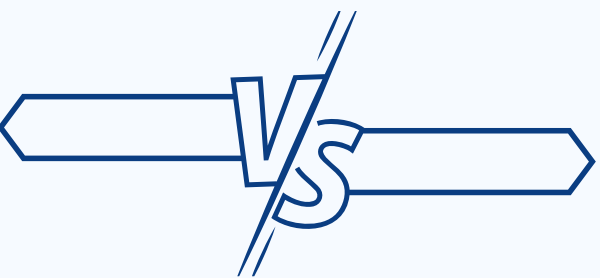
ДИВІТЬСЯ ФІЛЬМИ НА АКТУАЛЬНІ ТЕМИ





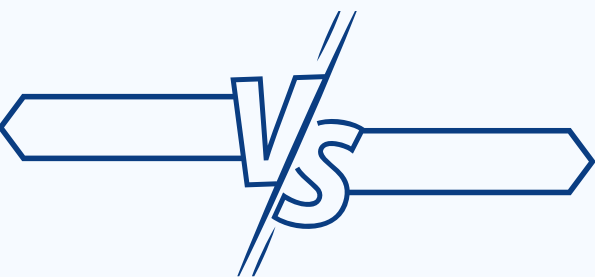
ЗНАЙДІТЬ ЧАС, ЩОБ ВІДЗНАЧИТИ ПОЗИТИВ





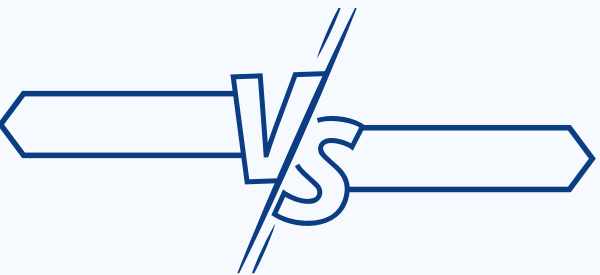
НАВЧИТЬСЯ ДИВИТИСЯ НА СЕБЕ ОБ'ЄКТИВНО



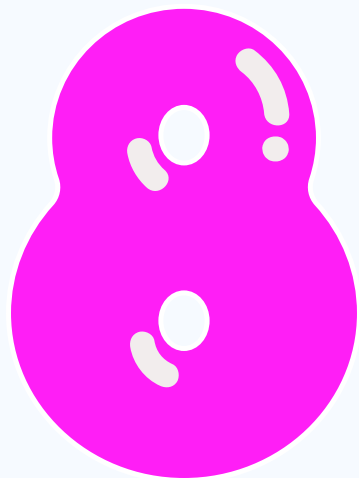


ВИЗНАЙТЕ СВОЇ ЕМОЦІЙНІ ТРИГЕРИ



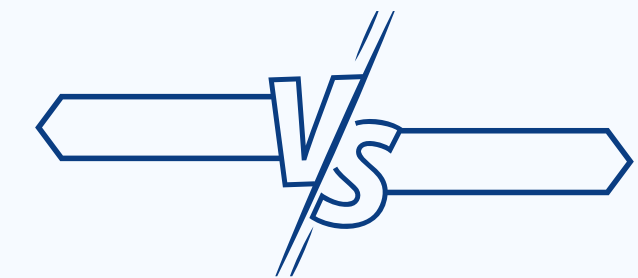


БУДЬТЕ РЕАЛІСТАМИ

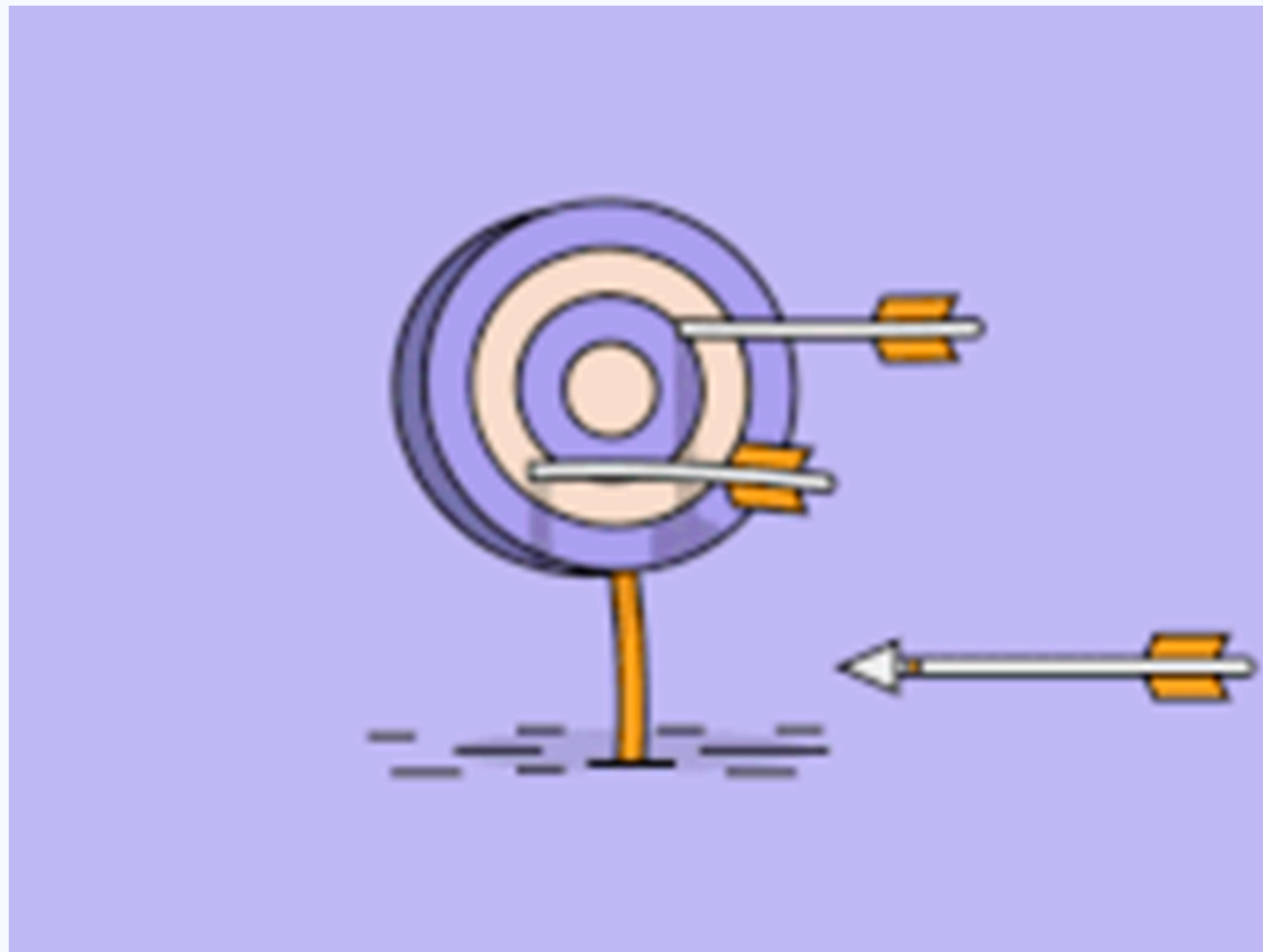


Песиміст бачить мінуси.
Оптиміст бачить плюси.
Реаліст бачить
- і слава Богу!

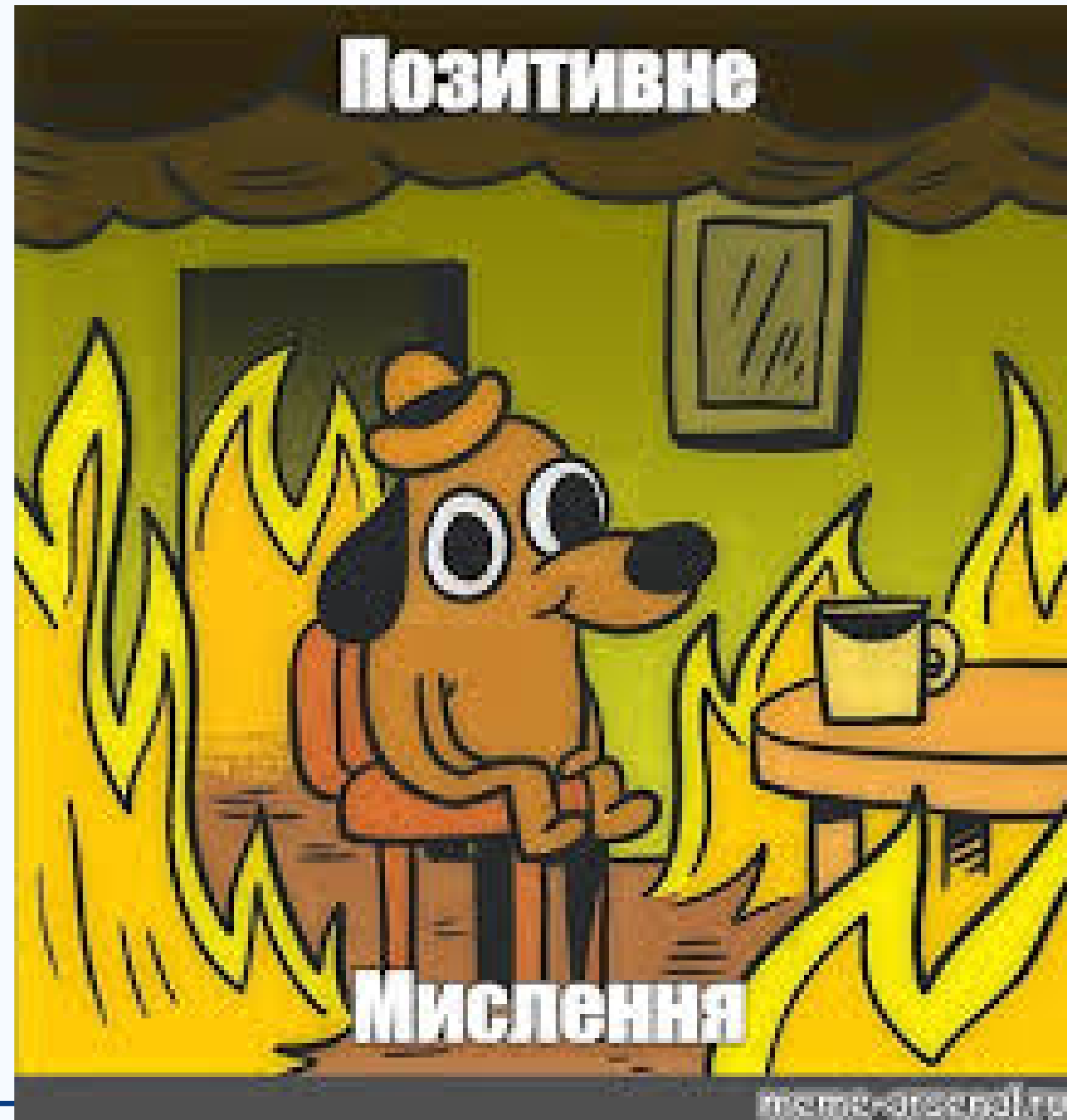
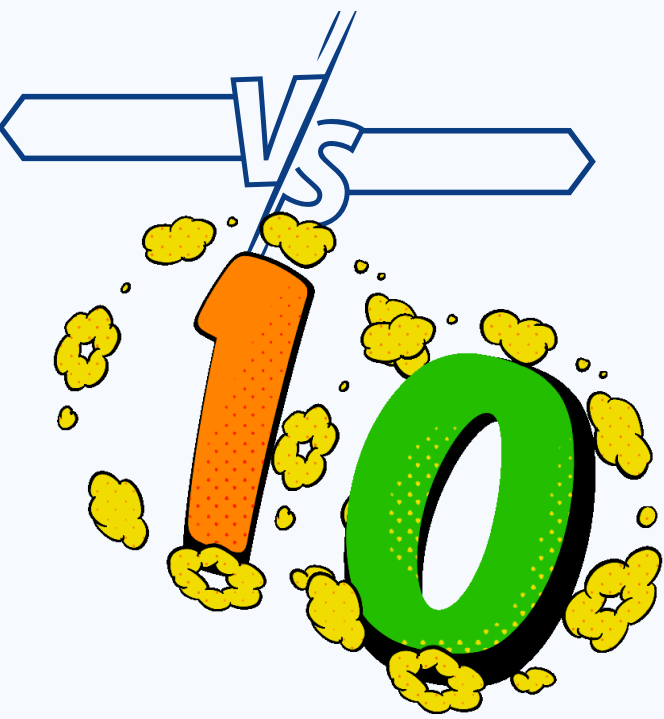


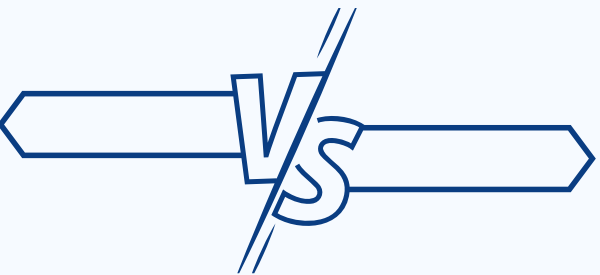


ЗАПИСУЙТЕ ОСОБИСТІ ЦІЛІ



ПОЗИТИВНЕ МИСЛЕННЯ

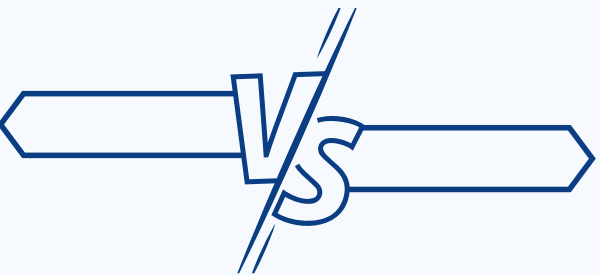




ОТЖЕ, ХТО ТАКИЙ УСПІШНИЙ ОСВІТЯНИН У 2026 РОЦІ?

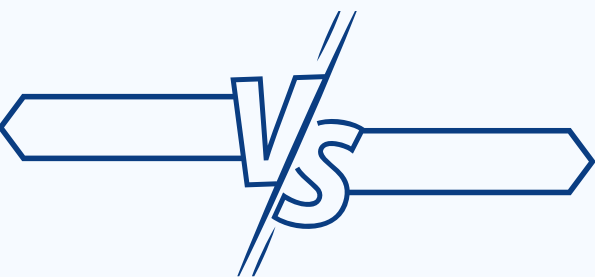
ВІН ВОЛОДІЄ ТРЬОМА СУПЕРСИЛАМИ





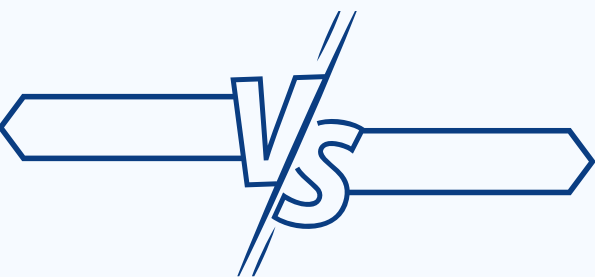
СТВОРЕННЯ ПСИХОЛОГІЧНОЇ БЕЗПЕКИ





СЕНСОТВОРЕННЯ





АДАПТИВНІСТЬ





ДЯКУЮ ЗА УВАГУ