



Fiche apmācības

Nosaukums	Emocionālā inteliģence virzībai darba tirgū, darba meklēšanā un nodarbinātībā.	
Atslēgvārdi	Emocionālā inteliģence, sociālā inteliģence, attiecības, pašapziņa, pašefektivitāte, emocijas, empātija	
Nodrošina	IDP Eiropas konsultanti	
Valoda	Latviešu	
Mērķi	<p>Atbalsts izglītojamajiem:</p> <ul style="list-style-type: none"> Iepazīstoties ar emocionālās inteliģences jēdzienu. <i>... lai labāk nodrošinātu izglītojamos ar spēcīgu teorētisko pamatu.</i> Eksperimentējot un testējot savu EI reālajā dzīvē. <i>Izglītojamie tiks iepazīstināti ar pašiem EI pamatelementiem un sistēmu, kas viņiem palīdzēs orientēties sociālajā vidē.</i> Esot pašapzinīgākiem un pašefektīvākiem, apvienojot EI ietvaru ar EntreComp. <i>... lai labāk pārvaldītu un izprastu emociju patieso spēku pozitīvam garīgās labklājības stāvoklim.</i> Apvienojot emocionālo izpratni ar sociālo inteliģenci. <i>Kur sociālā inteliģence nozīmē spēju veidot un attīstīt pozitīvismu un stimulēt savstarpējās attiecības.</i> 	
Mācību rezultāti	<ul style="list-style-type: none"> Emocionālā inteliģence iekš EntreComp: Resursu pīlārs Pašapziņa un pašefektivitāte iekš EntreComp EI sistēma: motivācija, empātija un sociālās prasmes Sociālā inteliģence, lai virzītu attiecību ekosistēmas Spēju modelis, lai saprastu, izmantotu un pārvaldītu emocijas 	
Modulis	Sarežģītu problēmu risināšana	
	Kritiska domāšana	
	Radošums	
	Personāla vadība	
	Koordinācija ar citiem	
	Emocionālā inteliģence	X
	Spriedums un lēmumu pieņemšana	
	Orientācija uz pakalpojumu	
	Sarunas	
	Kognitīvā elastība	

<p>Satura indekss</p>	<p>Moduļa nosaukums: Emocionālā inteliģence virzībai darba tirgū, darba meklēšanā un nodarbinātībā.</p> <p>1. daļa: EntreComp pieeja EI</p> <ol style="list-style-type: none"> 1. nodaļa. Resursu pīlārs 2. nodaļa: Emocionālās inteliģences pamati 3. nodaļa: Daniels Goulmens un jēdziena popularizēšana 4. nodaļa. Pašreizējā literatūra par EI 5. nodaļa: Divu sistēmu (EI un EntreComp) salīdzinājums 6. nodaļa: Pašapziņa nodarbināmībai 7. nodaļa: Pašefektivitātes pamatelementi 8. nodaļa: Pašapziņa un pašefektivitāte iekš EntreComp <p>2. daļa. Divu attiecību inteliģenču apvienošana: emocionālās un sociālās</p> <ol style="list-style-type: none"> 1. nodaļa: Sociālā inteliģence 2. nodaļa: Sociālās inteliģences piecu dimensiju sistēma 3. nodaļa: Par empātiju... 4. nodaļa: Uz empātiju balstītas attiecības <p>3. daļa: Spēju modelis</p> <ol style="list-style-type: none"> 1. nodaļa: Sociālās vides navigācija, izmantojot informācijas tehnoloģiju 2. nodaļa. Emociju uztveršana 3. nodaļa. Emociju izmantošana 4. nodaļa. Emociju izpratne 5. nodaļa. Emociju vadība
<p>Satura izstrāde</p>	<p>Moduļa nosaukums: Emocionālā inteliģence virzībai darba tirgū, darba meklēšanā un nodarbinātībā.</p> <p>1. daļa: EntreComp pieeja EI</p> <p>1. nodaļa. Resursu pīlārs</p> <p>IHF modulī jums bija iespēja iepazīties ar oficiālo ES struktūru izglītībā un apmācībās uzņēmējdarbības prasmju jomā un to, kā tā var būt stratēģisks atsaucis resurss jauniem darba tirgus dalībniekiem.</p> <p>Ar nosaukumu “resursi” mēs domājam kompetences jomu, kas ir visatbilstošākā, lai iegūtu galvenos personīgos, materiālos un nemateriālos resursus, kas ir svarīgi, lai veicinātu cilvēku spējas un profesionalizāciju.</p> <p>Piecas kompetences, kas minētas šajā apmācības modulī, uzlabo un stiprina jūsu konkurētspēju darba tirgū kā stratēģisko sviru darba meklēšanā.</p> <p>Katra no uzskaitītajām kompetencēm ir jūsu interešu fokuss, jo tās nodrošina visvērtīgākās prasmes, lai uzplauktu uzņēmējdarbībā un profesionālajā dzīvē.</p>

- 2.1 Pašapziņa un pašefektivitāte.
- 2.2 Motivācija un neatlaidība.
- 2.3 Resursu mobilizēšana.
- 2.4 Finanšu un ekonomikas pratība.
- 2.5 Pārējo mobilizācija.

2. nodaļa: Emocionālās inteliģences pamati

Plašākā nozīmē emocionālā inteliģence ir paredzēta kā spēja atpazīt un pārvaldīt savas un citu emocijas/izjūtas un konsekventi virzīt savas darbības un domas.

Avots: P. Salovey, John D. Mayer, 1990, Emotional Intelligence

Emocionālā inteliģence ir klātesoša daudzos pētījumos par organizāciju, uzņēmējdarbības un vadības, līderības un cilvēkresursu uzvedības psiholoģiju. Tādējādi jēdziens jau daudzus gadus (un joprojām ir) ir dinamisks debašu un diskusiju temats akadēmisko aprindu un profesionāļu vidū.

EntreComp sistēma neveido tiešas saiknes ar emocionālo inteliģenci, taču tajā pašā laikā daudzas EntreComp interešu jomas pārklājas ar emocionālās inteliģences sfērām.

Pirmie empīriskie pētījumi par “emociju” lomu mūsu ikdienā parādījās 20. gados (Averile & Nunley, 1922) ar pētījumu, kas tika veikts, lai saprastu, kā cilvēki saprot un analizē emocijas.

Turpmākos 70 gadus izpētes lauks par emocionālo inteliģenci un “emocijām” ir bijis samērā kluss. Tāds tas bija līdz 1990. gadam, kad divi autori (Džons D. Maijers un Pīters Salovejs) publicēja revolucionāru rakstu, ko vienkārši dēvēja par “Emocionālo inteliģenci”. Tam bija lemts kļūt par vienu no ietekmīgākajiem rakstiem mūsdienu sociālajās zinātnēs.

3. nodaļa: Daniels Goulmens un jēdziena popularizēšana

Emocionālā inteliģence kļuva par populāru fenomenu tikai 1995. gadā, kad amerikāņu psihologs un esejists Daniels Goulmens (Daniel Goleman) sarakstīja grāmatu “Emocionālā inteliģence”, kas kļuva par bestselleri - “Revolucionāra grāmata, kas pārdefinē, ko nozīmē būt gudram”.

Šīs pašpalīdzības grāmatas starptautiskie panākumi palīdzēja integrēt emocionālās inteliģences konceptu ārpus akadēmiskās vides un padarīja to ārkārtīgi populāru pat plašās sabiedrības vidū.

Drīz pēc tam neskaitāmi daudz autoru, oratoru un pētnieku sekoja Maijera, Saloveja un Goulmena atstātajām pēdām.

4. sadaļa. Pašreizējā literatūra par EI

Šodien literatūra emocionālās inteliģences jomā - un emocionālā inteliģence, kas tiek izmantota biznesa vidē - ir neticami plaša mēroga.

Gadu gaitā jēdziens ir ticis pārskatīts dažādos veidos, tomēr emocionālās inteliģences (t. i., emocionālās inteliģences sistēmas) būtiskākie aspekti saglabājušies tādi paši:

Sevis apzināšanās → spēja atpazīt paša un citu emocijas

Pašregulācija → spēja apzināties, kā paša un citu emocijas ietekmē apkārtējo vidi

Motivācija → spēja atpazīt un izmantot mūsu rīcības virzītājspēkus

Empātija → spēja veidot jēgpilnas attiecības ar citiem, izprotot viņu jūtas/emocijas

Sociālās prasmes → spēja interpretēt attiecību dinamiku, kas ieskauj cilvēka ekosistēmu

5. nodaļa: Divu sistēmu(EI un EntreComp) salīdzinājums

No piecām resursu kompetencēm, pašapziņa un pašefektivitāte joprojām ir tās, kurām ir visaugstākā konsekvences un saskaņotības pakāpe ar "sākotnējo" emocionālās inteliģences sistēmu, jo tās sašaurinās līdz visām piecām tās dimensijām.

Pašapziņa un pašefektivitāte (2.1.) kā "intelekti" ļauj cilvēkiem progresēt, lai būtu labāk, izvirzīt sev augstākus darbības standartus, būt ļoti uzticamiem un pārliecinātiem savā darbībā, virzīties uz vēlamu iznākumu, radīt pozitīvu ietekmi uz sevi un tuvākajiem.

Pašapziņa un pašefektivitāte ir divi virzošie dzinējspēki, kas veicina cilvēku noturību un uz mērķi orientētu domāšanu.

6. nodaļa: Pašapziņa nodarbinātībai

Pašapziņa vienmēr ir bijis populārs debašu temats psiholoģijā, neirozinātnēs, teoloģijā, filozofijā un vēlāk arī fizikā.

Apzināšanās un "apziņas" jēdzieni likuši intelektuāļiem un zinātniekiem lauzīt galvu daudzus gadus, pat gadsimtus un tūkstošgades, kopš pirmās "sevis apziņas" pēdas atrodamas grieķu filozofu bibliogrāfijās...

Laika gaitā jēdziens ieguvis dažādas nozīmes, galvenokārt tāpēc, ka daudzi zinātnieki no dažādām jomām koncentrējas uz šo fenomenu no savas sfēras perspektīvas.

No daudzajām iespējamām interpretācijām, šī moduļa kontekstā mēs labprātāk paļaujamies uz sociālās psiholoģijas teoriju, ko 1972. gadā ierosināja divi autori.

Pašapziņa ir psiholoģisks autoregulācijas process, kas ļauj cilvēkiem orientēt savu uzvedību uz labvēlīgākām un vēlamākām domām un jūtām.

Avots: Duval, Shelley; Wicklund, Robert A. (1972). A Theory of Objective Self Awareness

Pašapziņas process notiek visās dzīves jomās, un tas ir būtisks mehānisms, lai palīdzētu cilvēkiem uzturēt (un stiprināt) darbības un nostāju, kas rada pozitīvu ietekmi.

Esot jutīgākam pret sevis apzināšanās mehānismiem (t.i., godīgākam un atvērtākam pret sevi), jūs apmācāt savu prātu:

- Spēt reaģēt uz ārējiem apstākļiem
- Apzināties savas vajadzības, centienus un ilgtermiņa redzējumu
- Prasmīgi novērtēt savas stiprās puses un apkārtējās iespējas
- Justies ērti ar savām vajībām un nedrošību
- Būt izturīgam pret ārējām likstām un grūtībām
- Būt pārliecinātam par savu potenciālu

Ņemiet vērā, ka tas neattiecas tikai uz profesionālo dzīvi, bet tas var ievērojami uzlabot jūsu attiecības ar ģimenes locekļiem un vienaudžiem.

7. nodaļa: Pašefektivitātes pamatelementi

Pašefektivitāte ir iekšējās pārliecības, virzītājspēku un motivācijas aģentu atspoguļojums, kas liek viņam/viņai “veikt darbības, kas nepieciešamas, lai risinātu iespējamās situācijas”.

Avots: Bandura, Albert (1982). “Self-efficacy mechanism in human agency”. American Psychologist. 37 (2): 122–147

Pašefektivitātes jēdzienu sākotnēji ierosināja kanādiešu psihologs Alberts Bandura. Tas atspoguļo mūsu spēju orientēties sociālās, kognitīvās un uzvedības kompetencēs, lai tās būtu pēc iespējas efektīvākas un iedarbīgākas konkrēta mērķa sasniegšanai.

Saskaņā ar Bandura teikto, pašefektivitātes sajūta salīdzinājumā ar konkrētu sniegumu izriet no trim uzskatiem:

- Pārliecības par to, kas jādara, lai kaut ko sasniegtu
- Pārliecības par savām spējām paveikt to, kas jādara
- Pārliecības, ka plānotais uzdevums dos vēlamu efektu

No otras puses, iepriekš minētā ticības sistēma ir ģenerēta no četriem informācijas avotiem:

- Tiešā pieredze (t.i., savas zināšanas jeb kapacitātes rādītāji)

- Netiešā pieredze (t.i., salīdzinošā novērtēšana par citu personu veikumu un rīcības virzieniem līdzīgos kontekstos)
- Vienaudžu ietekme
- Fizioloģiskie un emocionālie stāvokļi

Parasti pašefektivitātes uzskati izriet no trīs posmu procesa:

1. Izglītība un apmācība par nepieciešamajām prasmēm/kompetencēm no tiešas un netiešas pieredzes
2. Iepriekšējā pārbaude “drošā vidē” (t.i., ģimenē un vienaudžu vidū)
3. Jaunapgūto prasmju/kompetenču pilotēšana “naidīgā vidē” (t.i., darbā un ikdienā)

Pašefektivitātes sajūtas veidošana nozīmē piekrišanu un apstiprinājumu no citiem. Procesa rezultātā var tikt nodarīts kaitējums pašapziņai, ja cilvēks pastiprina aizspriedumus pret ārēju spriedumu – neļaujot viņam/viņai to darīt, var iegūt noderīgas atziņas un rādītājus pašpilnveidošanai.

8. nodaļa: Pašapziņa un pašefektivitāte iekš *EntreComp*

Banduras pašefektivitāte ir pašapziņas dimensija praksē. Abi jēdzieni ir ļoti savstarpēji saistīti, jo pašefektivitāte balstās uz pašapziņu un otrādi, izmantojot nepārtrauktu uzlabojumu ciklu.

→ Pašapziņa ir pilnīga pārbaude, un tā rezultējas ar viskritiskāko iejaukšanās jomu galīgajā diagnostikā.

→ Pašefektivitāte ir rehabilitācijas process, un ne tas vieglākais, jo tas virzās cauri kļūdām, pielāgojumiem, precizējošām stratēģijām un garam testēšanas un apstiprināšanas ciklam.

2. daļa: Divu attiecību inteliģenču apvienošana: emocionālās un sociālās

1. nodaļa: Sociālā inteliģence

Viens no visveiksmīgākajiem Goulmena turpinājumiem 1995. gada bestsellerim bija detalizēts pētījums par piekto sadaļu no emocionālās inteliģences koncepta: saistītu ar sociālajām un attiecību prasmēm.

Pēc vairākām veiksmīgām publikācijām par emocionālo inteliģenci, 2006. gadā Daniels Goulmens atkal sasniedza popularitāti ar savu jauno grāmatu “Sociālā Inteliģence: Jaunā Cilvēku Attiecību Zinātne.”

Grāmata analizē sociālās un attiecību prasmes, kas sākotnēji tika emocionālās inteliģences koncepta piektajā sadaļā, un, kā gaidīts, tā gūst panākumus organizāciju, uzņēmumu un sabiedrības vidē.

Sociālās inteliģences koncepts ir mazāk populārs, salīdzinot ar emocionālo inteliģenci, jo to primāri asociē ar citiem fenomeniem un tematiem.

Goulmens veicināja termina popularizāciju, bet tā pirmsākumi atrodami pagājušā gadsimta sākumā, pateicoties amerikāņu psihologam Edvardam Lī Torndaikam.

Sociālā inteliģence tika piedāvāta kā daļa no trīsdaļīga modeļa intelektuālai attīstībai:

- Abstraktā inteliģence
- Mehāniskā inteliģence
- Sociālā inteliģence

Sociālā inteliģence maina savu nozīmi atkarībā no disciplīnas, kurā koncepts izmantots, tāpēc mēs sociālo inteliģenci redzam kā:

Sociālās ietekmes, kas ietekmē (uz labo vai sliktu pusi) cilvēka intelektu,
grupas inteliģenci,
spēju izprast kā veidot un veicināt pozitīvas un stimulējošas savstarpējās attiecības.

Šī moduļa kontekstā mēs izmantosim pēdējo skaidrojumu.

2. nodaļa: Sociālās inteliģences piecu dimensiju sistēma

Saskaņā ar emocionālo inteliģenci, sociālā inteliģence bieži tiek pozicionēta kā piecu dimensiju modelis, kas ņem vērā:

1. Situācijas apzināšanos - vidi, kuru tu dala ar citiem, un pārējo vēlmi mijiedarboties un iesaistīties "sociālās" aktivitātēs
2. Klātesamību - ieskatu un signālus, kas norāda uz citu emocionālo stāvokli (balss toni, stāju utt.)
3. Autentiskumu - ko pārējie no mums uztver
4. Skaidrību - mūsu spēju nodot savas idejas, informāciju un viedokli, lai iegūtu uzticību
5. Empātiju - citu cilvēku jūtu un emocionālā stāvokļa identificēšanas process.

3. nodaļa: Par empātiju...

Empātija ir visizsmalcinātākā dimensija šajā sistēmā, jo tā ietver plašas zināšanas un sistēmas izprašanu/pārvaldīšanu.

Empātijā balstītu attiecību izveidošana prasa dubultu piepūli:

- Lielisku sevis apzināšanos un pašefektivitāti
- Autentiskumu un skaidrību par saviem nodomiem

Jebkāda nesaderība vai nepareiza interpretācija var radīt pilnīgi pretēju efektu, kaitējot ne tikai attiecībām, bet arī reputācijai un identitātei.

4. nodaļa: Uz empātiju balstītas attiecības

Ir trīs galvenās sastāvdaļas, kas palīdz veidot uz empātiju balstītas attiecības:

- Pārdomātība - spēja demonstrēt patiesas rūpes par citu mentālo un fizisko labklājību
- Atzinība - spēja apzināties citu viedokli un spēja mierīgā veidā paust savu pretējo viedokli (ja tāds ir)
- Pieņemšana - apkārtējo cilvēku atbalstīšana, aktīvas klausīšanās praktizēšana, dialogu veidošana un kopēja sapratne

3. daļa: Spēju modelis

1. nodaļa: Sociālās vides navigācija, izmantojot informācijas tehnoloģiju

Pirms Goulmena El sitēmas, Salovejs un Maijers nāca klajā ar savu emocionālās inteliģences sistēmu, tā dēvēto spēju modeli, kas skaidro cilvēka spēju tikt galā ar savām emocijām.

2004. gada publikācijā abi autori skaidro emocionālo inteliģenci kā:

...spēju argumentēt par emocijām un pašas emocijas, lai paplašinātu domāšanu. Tā iekļaut spēju pareizi uztvert emocijas, piekļūt un veidot emocijas, lai atbalstītu domāšanu, saprast emocijas un emocionālās zināšanas, un atstarojoši regulēt emocijas, lai veicinātu emocionālo un intelektuālo izaugsmi.

Avots: Mayer JD, Salovey P, Caruso DR (July 2004). "Emotional Intelligence: Theory, Findings, and Implications". *Psychological Inquiry*. 15 (3): 197–215.

Emocionālā inteliģence ir sociālais "kompas", kas vada cilvēkus viņu uzvedībā, darbībās un rācijā uz ārējiem un iekšējiem stimuliem.

Šī "orientējošā" spēja sevi prezentē līdzīgi pašregulēšanās procesam, kuru mēs redzējam darbībā runājot par pašapzināšanos un pašefektivitāti. Spēju Modeļa pamati balstās uz četrām dažādām spējām:

- Emociju uztveršana
- Emociju izmantošana
- Emociju izprašana
- Emociju pārvaldīšana

2. nodaļa. Emociju uztveršana

Modeļa uztveres dimensija ietver spēju uztvert un atpazīt īpašības, kurās emocijas manifestējas.

Šis modeļa slānis reprezentē pašus emocionālās apziņas pamatus, un tas ir instrumentāli svarīgs visu pārējo emocijās balstīto kognitīvo procesu norisei.

Augstākie uztveres apziņas stāvokļi ietver arī kulturālos faktoros, kas var tālāk iejaukties kā nozīmes un sociālo artefaktu nesēji attiecību veidošanā.

3. nodaļa. Emociju izmantošana

Emociju “izmantošana” ietver spēju sasaistīt emocijas, izprast to nozīmi, un izmantot tās citu kognitīvo procesu uzturēšanā - tādu kā kreativitāte, laterālā un kritiskā domāšana.

Citos vārdos, emociju izmantošana nozīmē to pilnā potenciāla izmantošanu, lai ģenerētu vērtīgas idejas, domas un risinājumus.

No otras puses, cīnoties ar traucējošām sajūtām (t.i., dusmām, skaudību utt.), cilvēkiem vajadzētu izmantot emocijas kā pārvarēšanas mehānismu, lai “salauztu spirāli” un atgūtu prāta miera stāvokli.

4. nodaļa. Emociju izpratne

Kamēr uztvere attiecas uz cilvēku spēju “uztvert” emocijas, izpratnes dimensija attiecas uz spēju saprast kur tās rodas, nolasīt un izprast attiecības starp tām, izprast to nokrāsas, un kā tās varētu attīstīties turpmāk.

Emociju izpratne pieprasa izteiktu jūtību un atsaucību uz ārējiem faktoriem, jo bieži vissvarīgākie ieskati šķiet mazāk taustāmi kā tas varētu šķist.

Piemēram, neverbālā komunikācijā ir daudz vairāk nekā vārdi spēj aprakstīt...

5. nodaļa. Emociju vadība

Emociju vadība reprezentē augstāko spēju modeļa stāvokli.

Cilvēki, kas pārvalda savu emocionālo inteligenci, spēj saistīt sevi ar apkārtējo vidi tā, ka tas ļauj viņiem būt ļoti prasmīgiem, efektīviem un iedarbīgiem tajā, ko viņi dara (t.i., profesionālā attīstība, sentimentālās attiecības utt.).

Tas nav saistīts ar manipulāciju un šajā procesā nav nekā ļaunprātīga. “Emocionāli apzināti” cilvēki atpazīst un lolo citu cilvēku jūtas, atbalstot viņu vajadzības un attīstības virzienus.



Kopsavilkums	<p>Emocionālā inteliģence Spēja atpazīt un pārvaldīt savas un citu emocijas/jūtas, un spēja orientēties savās darbībās un domās</p> <p>Pašapzināšanās Auto-regulators psiholoģisks process, kas ļauj cilvēkiem orientēt savu uzvedību pretīm labvēlīgām un vēlamām domām un jūtām.</p> <p>Pašefektivitāte Personas iekšējo uzskatu, virzītājspēku un motivācijas iekšējs attainojums, kas viņam/-ai palīdz veikt darbības, kas nepieciešamas konkrētajā situācijā.</p> <p>Sociālā inteliģence Spēja izprast kā veidot un attīstīt pozitīvas un stimulējošas savstarpējās attiecības.</p> <p>Empātija Citu emocionālā stāvokļa un jūtu identificēšanas process</p>
Pašizvērtējums (vairākie atbilžu varianti)	<ol style="list-style-type: none">1. Kura no zemākešajām NAV zem resursiem minēta EntreComp kompetence:<ol style="list-style-type: none">A) Identitātes un reputācijas menedžēšanaB) Citu mobilizēšanaC) Financiālā un ekonomiskā pratība2. Emocionālā inteliģence ir:<ol style="list-style-type: none">A) Personas spēja atpazīt un menedžēt uzticības problēmasB) Personas spēja atpazīt un menedžēt savas un citu emocijas un spēja orientēties savās darbībās un domāsC) Personas spējas veidot pozitīvu diskusiju un viedokļu apmaiņu3. Pašapzināšanās spējas izmantošana nozīmē to, ka esi:<ol style="list-style-type: none">A) Spējīgs apzināties savas stiprās puses un apkārtesošās iespējasB) Nepārliecināts par savām nedrošībāmC) Atvērts citu atšķirībām4. Kurš no zemākešajiem NAV pašefektivitāti definējošs elements:<ol style="list-style-type: none">A) Psiholoģiskais un emocionālais stāvoklisB) Netieša pieredzeC) Pirmā darba pieredze5. Kurš no apgalvojumiem par spēju modeli ir pareizs:<ol style="list-style-type: none">A) Emociju uztvere un menedžēšana nozīmē vienu un to pašuB) Spēju modelis ir saistīts ar EI sistēmu un tas iekļauj četras dažādas prasmes/spējas



Uzlabot mīkstās prasmes, lai veicinātu konkurētspēju un darba iespējas

www.projectessence.eu

	<p>C) Goulmens iekļāva spēju modeli savā modelī, lai izprastu sociālo inteliģenci</p> <p style="text-align: right;">Answers: 1a, 2b, 3a, 4c, 5b</p>
Atsauces	<ul style="list-style-type: none">● P. Salovey, John D. Mayer, 1990, Emotional Intelligence● Duval, Shelley; Wicklund, Robert A. (1972). A Theory of Objective Self Awareness● Bandura, Albert (1982). "Self-efficacy mechanism in human agency". American Psychologist. 37 (2): 122–147● Mayer JD, Salovey P, Caruso DR (July 2004). "Emotional Intelligence: Theory, Findings, and Implications". Psychological Inquiry. 15 (3): 197–215
Resursi (video, atsauču linki)	<p>PPT Emotional intelligence</p> <p>Best Practices: no. 1, 2, 3, 4</p> <p>Case study for Emotional intelligence no. 1, 2, 3</p>