

هوش هیجانی

هوش هیجانی که معمولاً معیار ارزیابی آن را "ضریب هوش هیجانی" یا EQ می نامند، بر توانایی، ظرفیت یا مهارت ادراک، سنجش و مدیریت هیجانات خود و دیگران دلالت دارد.



???? ?????

????? ??????????????

?????:

?? ??? ?????? ?? ?????? ?? ??? ??? ?????? ? ?????? ?? ?????? ??
?????? ?????? ?? ? ?????????? ?? ?????? ? ?????? ?????????? ?? ? ? ? ??????????
????? ?????? ??? ? ???? ???? ?????? ?????? ???. ?? ?????? ?????? ?? ??? ?????? ??
) ?????? ?????? ?????????? ?????????? ? ?????? ?????????? ?????? **IQ**?????? ?????? (
????? ?????????? ?? ?????????? ??? ?????????? ?? ?? ?????? ?? ?? ?? ?????? ?????????? ??
?? ?????????? ?????????? ?????????? ??? ?? ?????????? ? ??? ?????????? ??? ?????? ????. ???
????????? ?????????? ?????? ?? ??? ?? ?? ?? ?? ?????????? ??? ?????? ?????????? ?
?????? ?????????? ????.

???) ?????? ??? ??????????:

??? ?????????? ?? ?????????? ?????? ?????????? ?? ?? "????? ??? ??????????" ??
?? ?????????? ?? ?????????????? ?????? ?? ?????? ?????????? ?????? ? ?????????? **EQ**
????????? ??? ? ?????????? ?????????? ??????.

?? ?????? ?????? ?????? ? "?????" ?????? ?????? ?????????? ? ?????? ?????? ?
?????? ?????????? ?? ?????? ??? ? ?????????????? ??? ?????? ?????? ?????? ??????
?????? ?????????? ? ?????? ?????? ? ?????? ? ?????? ?????????? ?????? ?? (?????? ??????
????? ??? ? ?????? ?????? ?????? ?? ?????????? ?????????? ?????? ?????????? ??????
?? ? ?????????? ?????????? ?????? ?????? ?????????????? ?????????? ? ...) ?? ??? ?? ???.

) ?????????? ??? ?????????? ?????????? ??? ? **Emotional Intelligence**????? ?????????? (
????? ? ??? ? ? ? ?????????? ??? ?????????? ?? ??????.

??? ?????? ? ?????? ??? (1. ??? ?????????? 2. ?????????? 3. ?????????? 4. ??????????????
5. ?????? 6. ?????????? 7. ??????????) ?????? ??? ?????????? ?? ??? ?????? ? ? ? ??????
????? ?? ??? ??? ?????? ? ?????? ?????? ??????????.

????????? ?????? ?????? ?? ??? ?????????? ?? ?? ?????? "????????? ?????????? ??????
??? ??? ? ?????????? ? ?????????? ??? ?????? ? ?????????? ?? ??? ?????????? ??????
?????? ?????? ? ?????????? ???" ?????? ???.

?) ??? ?????????? ? ?????????? ???:

????????????? ?????? ?????????? ?? ??? ?????????? ?? ?????? ?????? ? ?????? ??????
????????? ?????? ?????? ?????? ?????? ?????? ? ??? ?????????-????????? ??? ??????
????????? ?????? ? ? ? ?????????? ?????? ?????????????????? ?????????? ?????????? ?????????? ?
????????? ?????? ?????????? ?????? ?????????? ?????? ? ?????????? ??? ?????????? ?
????????? ?????? ?? ??? ? ?????????? ??? ?????????????????? ?????????? ????. ??? ? ?????? ??????
?? ?????? ?? ??? ?????????? ?????? ?????? ?????????? ?????? ?????????? ?? ?????? ??????
????????? ?????????? ??????. ?? ?????????? ??? ?????????? ?????? ?? ?????????????????? ???

?????? ? ???? ?? ??? ? ??? ?????).
- ?? ????? ?????????? ??? ? ??? ??????
- ??? ????? ?????????? ????? ? ?? ?? ????????? ?? ????? ????????????? ??????
?????? ????? ??????
- ??? ??? ?? «????? ????? ?????» ????? ?????? ? ?? ??? ? ? ??????????
???????????? ? ? ?????? ??????
- ?? ?????????? ?????????? ?????????? ?????????? ??????
- ?????????? ?? ?? ?????? ?????? ?????????? ?????? ??????
- ????????? ?????? ????????????? ????????????? ?????????? ?????????? ? ??????????
????? ?????????? ?? ?????????? ?? ?????????? ? ?????????????? ?????? ?????????????
????? ??????????

????? ?????? ??????????
(????????? ?????? ????????? ????????)
????????????? ? ?????????: ?????? ??????

ارتباط با مرکز مشاوره:
تلفن گویا 88866131
[ارسال پیام](#)

شنبه 20 آذر 1395
[printpdf](#)
[print](#)

<http://razmandegan.ir/node/3151>