

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. ?????????) ??????? ??? ?????????? ?? ??? ?????? ? ?? ??????
????? ?? ??? ??? ?????? ? ?????? ?????? ???????????.

????????? ??????? ?????? ?? ??? ?????????? ?? ?? ?????? "????????? ?????????? ???????
??? ??? ? ?????????? ? ?????????? ??? ?????? ? ?????????? ?? ??? ?????????? ??????
?????? ?????? ? ?????????? ???"

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

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

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

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

????????? ?????????? ?????? ?? ?????????? ?????????? ?????????? ?????????? ?????? ?? ?????????? ?????????? ??
- ?????????????? ?????????????? ?? ?? ?????????? ??????????. ?????????? ?????????????? ?????? ?????????????? ??????????
????????? ?? ?????????? ?? ?????????????? ???: 1. ?????? ?????????????? 2. ?????? ?? ?????? ?
????????????? 3. ?????? ?? ?????????????? ? ?????????????? 4. ?????? ?? ?????????????? 5. ?????????
????????????? 6. ?????? ?????? ?? ?????? ?????????? ? ?????????????? 7. ?????? ?????????? ?????? ??
????????? ?????????? ? ?? ?????????? ?????? ?????????? ? ?? ?????? ?????? ?????? ?????????? ?

**?) ?????????? ? ?????????????????? ?????? ?????? ?????????? ?? ?????????? ?????????? ?????
?????????????:**

- ?????????????? ?? ?????????? ?????? ?? ?????????? ?????????????????? ?????????????? ?????? ??????. ???
????????????? ?????????? ?? ?????????? ?????? ?????????? ?? ?????? ?????? ? ?????? ?????? ?? ??????
- ????????? ?? ?????? ?????????????????? ?? ?????????? ?????????????? ?? ?????????? ?????? ?????????????? ?? ?????
????????????? ?????????????? ? ?????? ?? ?? ?????????????? ?????? ??????????????.
- ??? ?? ??? ?? ??? ?????????????? ?????? ?? ?? ?????? ?????????? ?? ?? ?????? ?????????? ?
?? ?? ?????????????? ?? ?????????????? ?????? ??????. ?????????????? ?????????????? ?? ?????????????? ??????
????????????????? ?????????????? ?????????? ?????? ? ?????????????? ??????.
- ?????????? ?????? ?? ?????????? ? ?????? ?????????? ?? ?? ?? ?????????????????? ?????????? ??????.
- ?? ?????????????????? ?????????????? ?? ?????????????? ?????? ?? ?????????? ?????????? ?????????????????? ??
????? ?????????? ?????? ?????? ?????? ?????? ??????.
- ?????? ?????????????????? ?? ?????????????? (????? ?? ?????????? ?????? ?? ?????????????????? ?????? ??

