**Взаимодействие в группе.**

**Развитие эмоционального интеллекта.**

**Наша жизнь не проходит в одиночестве. Мы всегда взаимодействуем в группах людей, в социуме. Окружение влияет на нас тем, что мы эмоционально реагируем на него. Управлять своей жизнью ты сможешь только тогда, когда научишься управлять собой.**

Сегодня ты закончишь изучать курс с рекомендованного Минпросвещения онлайн-ресурса «Билет в будущее» World skills Russia для обеспечения дистанционного обучения.

**Чему ты научишься**

1. Как с помощью эмоционального интеллекта управлять собой и своей жизнью.
2. Как управлять своим вниманием.
3. Как повысить мотивацию.

**Задание**

1. Просмотри 11-16 уроки.

<https://site.bilet.worldskills.ru/courses/14/>

1. Выпиши основные тезисы (выводы) после изучения видео уроков (по 5 тезисов за урок)
2. Нарисуй свое «Солнце ценностей»
3. Расставь 18 основных ценностей человека в своем порядке от 1 до 18.
4. Кем ты хочешь стать?
5. Какие у тебя есть таланты и интересы, которые помогут тебе стать тем, кем ты хочешь?
6. Определи свои цели в жизни:

* на 3 месяца вперед
* на 3 года вперед
* на 6 лет вперед
* на 12 лет вперед

1. Какие задачи ты должен реализовать для исполнения каждой своей цели?
2. Какие внешние ресурсы для этого ты будешь использовать?
3. Нарисуй свою ментальную карту по теме «Стать тем, кем хочу»