

# Sisällys

Esipuhe.....	7
Johdanto.....	11

## *Osa 1*

### Emotionaalisen osaamisen lähtökohdat

Emotionaalinen osaaminen ja opettajan ammattitaito.....	19
Tunne ja äly vai tunneäly? .....	25
Ammattitaidon ylläpitämisen kirous ja siunaus .....	33

## *Osa 2*

### Emotionaalinen osaaminen opettajan työssä

Omien tunteiden tiedostaminen .....	43
Omien tunteiden hallinta.....	51
Sosiaalinen tietoisuus.....	63
Sosiaalinen kyvykkyys.....	73

## *Osa 3*

### Emotionaalisen osaamisen kehittäminen

1. askel: Omien tunneälytaitojen kartoittaminen .....	95
2. askel: Dialogi todellisen minän ja ihanneminän välillä ..	101
3. askel: Kehityssuunnitelman laatiminen .....	109
4. askel: Tunneälytaitojen kokeilu ja harjoittelu .....	113
5. askel: Tunneälytaitojen hyödyntäminen työssä.....	151
6. askel: Luottamuksellisten ihmissuhteiden tuki .....	157

## *Osa 4*

### Rehtorin merkitys emotionaalista osaamista kehittävän opettajan tukena

Rehtori kiistojen ratkaisijaksi .....	167
Yhteistyötaitoinen esimies .....	171
Kuka pelkää rehtoria?.....	175
Rehtori opettajan tukena .....	179
Lopuksi .....	181
Lähteet .....	185
Liite: Opettajan tunneälytesti.....	211