

REDEFININD EȘECUL ȘI SUCCESEL DIN PERSPECTIVA INTELIGENȚEI EMOȚIONALE

Ema Căprar, Colegiul Național "Iulia Hașdeu" București
Conferința ACSI – Brașov



INTELIGENȚA EMOȚIONALĂ

Este abilitatea de a monitoriza sentimentele și emoțiile noastre și ale celorlalți, de a face o distincție între ele și de a ghida gândirea și acțiunile noastre în funcție de situație

*EQ trece înaintea IQ-ului,
în special în domenii “umane”:*

- ✓ **Sănătatea**
- ✓ **Iubirea romantică și relațiile personale**
- ✓ **Leadership-ul de top**
- ✓ **Cele mai înalte niveluri ale competițiilor.**

An iceberg floating in the ocean. The small tip above the water is labeled 'IQ' in red. The much larger part of the iceberg is submerged below the water line and labeled 'EQ' in yellow. The sky is blue with light clouds, and the water is a deep blue.

IQ

EQ

An iceberg floating in the ocean under a blue sky with white clouds. The tip of the iceberg is above the water line, and the much larger base is submerged. The sky is a gradient of blue, and the water is a deep blue. The iceberg is white and blue, with some dark lines on its surface. The text 'IQ' is written in orange on the tip, and 'EQ' is written in red on the submerged part. To the left of the iceberg, there are two columns of text: one in blue above the water and one in white below the water.

**Balanced performance
& decision making**

IQ

**Self awareness
Motivation**

EQ

Self management

Social skills

Empathy



Înțelepciune veche pentru omul modern:

- ▶ “Cel încet la mânie prețuiește mai mult decât un viteaz,
și cine este stăpân pe sine prețuiește mai mult decât cine cucerește cetăți”

Înțeleptul Solomon

Ce este eșecul? Dar succesul?

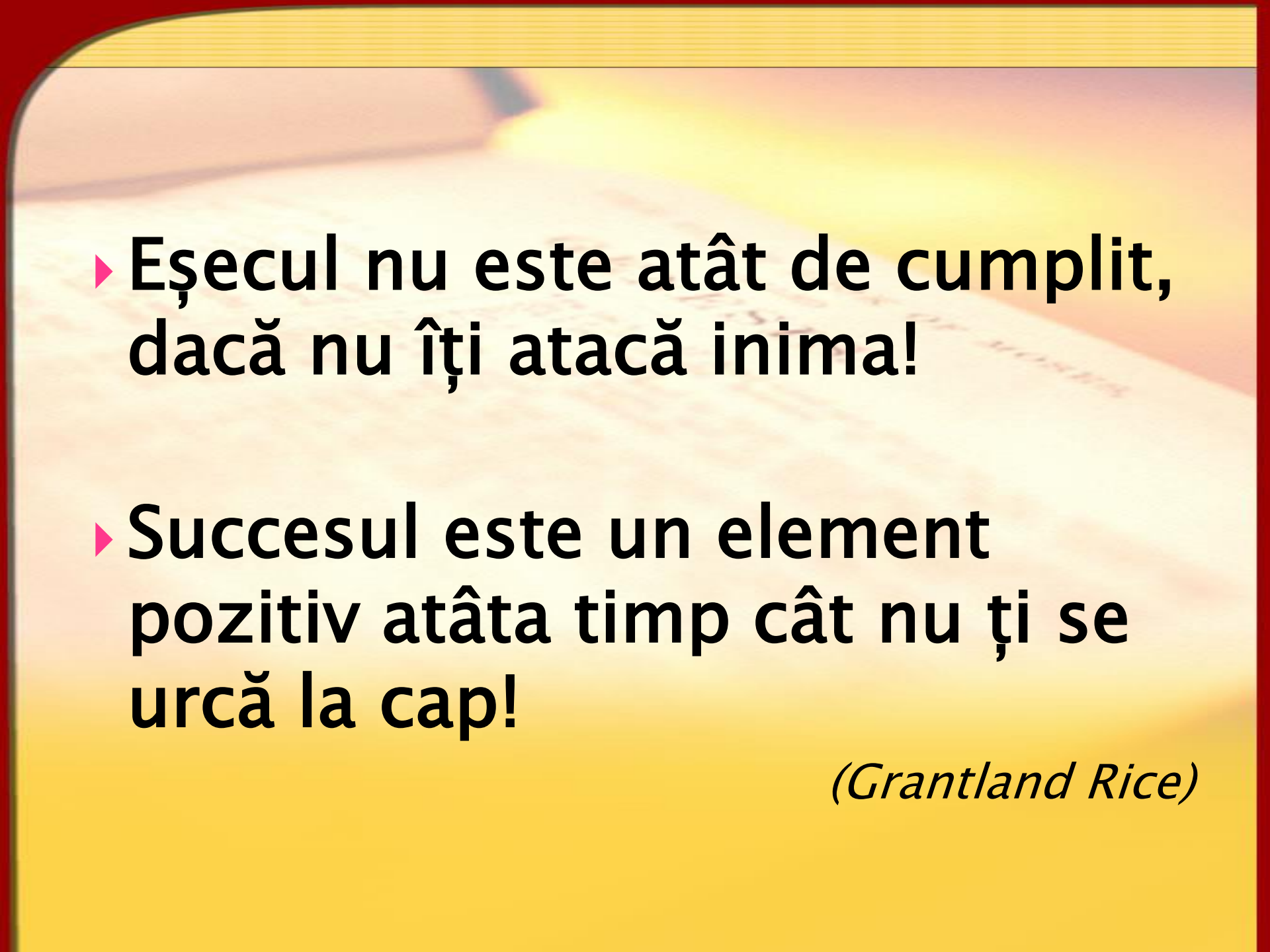
- ▶ Eșecul nu este decât un PREȚ pe care trebuie să-l plătim pentru a ajunge la SUCCES

Mituri despre EȘEC

- ▶ Eșecul poate fi evitat
- ▶ Eșecul este o situație de moment
- ▶ Eșecul este obiectiv
- ▶ Eșecul este un dușman

Caracteristici ale oamenilor de succes

- ▶ **Adoptă mai multe metode pentru atingerea rezultatelor excelente**
- ▶ **Se concentrează asupra "punctelor lor forte"**
- ▶ **Consideră eșecul ca fiind temporar**
- ▶ **Mențin așteptările la un nivel realist**
- ▶ **Își revin după un eșec**

- 
- ▶ **Eșecul nu este atât de cumplit, dacă nu îți atacă inima!**
 - ▶ **Succesul este un element pozitiv atâta timp cât nu ți se urcă la cap!**

(Grantland Rice)