



Fondul Social European  
POSDRU 2007-2013



Instrumente Structurale  
2007-2013



**Investește în oameni !**

**Proiect cofinanțat din Fondul Social European prin Programul Operațional Sectorial Dezvoltarea Resurselor Umane 2007 – 2013**

Axa prioritară: 2. „Corelarea învățării pe tot parcursul vieții cu piața muncii”

Domeniul major de intervenție: 2.1 „Tranziția de la școală la viața activă”

Titlul proiectului: „Practică azi pentru a deveni managerul de mâine!”

POSDRU/161/2.1/G/137080

Beneficiar: Academia de Studii Economice din București

## „INTELIGENȚA SOCIALĂ”

Octobrie 2015

P2

SC GRUPUL DE CONSULTANȚĂ PENTRU DEZVOLTARE DCG



Proiect cofinanțat din Fondul Social European prin  
Programul Operațional Sectorial Dezvoltarea Resurselor Umane 2007 – 2014  
**Investește în oameni! – POSDRU/161/2.1/G/137080**



Inteligența socială se fundamentează pe baza unei atente și bune cunoașteri a mediului și a oamenilor cu care un individ interacționează, o gestionare eficientă a capacităților și abilităților de care dispune pentru a se adapta situațiilor diverse și complexe și, adeseori, unor particularități geografice și culturale. Toate acestea au la bază conexiuni sociale realizate de creier, calitatea de a intui și de a contura profilul psihologic al indivizilor care dictează modul în care trebuie să fie adaptat comportamentul și modul de reacție.

În societatea actuală, progresul tehnologic (iPod-uri, telefoane mobile, internet etc.) e un factor negativ atunci când este privit din perspectiva modului în care amenință și restricționează valoarea și frecvența interacțiunilor umane (studii au demonstrat faptul că pentru fiecare oră pe internet, contactul direct cu cei apropiați scade cu 24 de minute). El izolează ființa umană de cei din jurul său fără ca aceasta să realizeze bogăția socială pe care o neglijează atunci când alege să se contopească cu propria persoană și propriile gânduri. Trebuie înțeles că fiecare persoană dispune de capacitatea de a influența altă persoană atât la nivel psihologic, cât și biologic, iar inteligența socială scoate în lumină o relație bipersonală și subliniază construirea relațiilor și fațeta atitudinală, psihologică și comportamentală din cadrul acestora.

Emoțiile puternice manifestă un efect contagios în relațiile interumane, putându-se concluziona că oamenii au o putere nebănuită de a-i face pe cei din jurul lor mai fericiți sau mai triști, transmițând involuntar celorlalți energiile pozitive sau negative care se manifestă în cazul propriei persoane. Cumulul de sentimente și stări afective pe care le conturăm sau le receptăm de la ceilalți în conexiunile sociale creionează starea de ansamblu, benefică sau nu, dintr-o anumită zi sau perioadă. Inclusiv privirea unei imagini determină preluarea și molipsirea de starea de spirit observată în chipul privit, derulându-se astfel un proces de transfer de sentimente, adeseori în mod involuntar. Atunci când se încearcă reprimarea voită a emoțiilor reale resimțite, efectele asupra întregului organism și asupra comportamentului nu întârzie să apară, intervenind încordarea, preocuparea, fiind activați stimuli la nivel biologic (de exemplu, creșterea tensiunii arteriale).





În cadrul unei interacțiuni sociale, un factor cu influență sporită este reprezentat de puterea deținută de părțile implicate, acesta determinând gradul în care una dintre acestea va trece printr-un proces interior mai profund de redefinire emoțională pentru a se racorda la trăirile celui care beneficiază de o putere mai accentuată din perspectivă socială și emoțională. Raportul dintre oameni implică relații fluide, armonioase și plăcute din punct de vedere al stărilor și modului în care se conturează conexiunile interumane, iar acestea acționează ca un efect sinergic în generarea unor decizii mult mai eficiente și în potențarea capacităților creative, indiferent că ne raportăm la sfera personală sau profesională; este ceea ce se traduce și prin simpatie, empatie, sincronizare care consolidează legăturile și stabilesc un acord tacit reciproc între indivizi la nivel social, psihologic, emoțional, comportamental. Per ansamblu, se poate afirma că într-un astfel de raport sunt întotdeauna implicate trei elemente: atenție reciprocă, sentiment pozitiv comun, duet nonverbal bine coordonat. Drept un exemplu remarcabil care subliniază impactul puternic al acestor conexiuni este situația în care doi muzicieni interpretează același fragment muzical, iar sincronia zonelor specifice este mai mare între creierul celor doi interpreți decât între emisferile dreaptă și stângă ale aceluiași creier.

Creierul omenesc activează reacții diverse ale oamenilor ca urmare a neuronilor oglindă existenți pentru mimarea acțiunilor celorlalți, perceperea intențiilor și emoțiilor observate la cei cu care interacționăm în diverse momente ale existenței, deși experimentarea acestora este mai puțin accentuată decât în cazul celor care le afișează în mod direct și care le transmit mai departe. Acest fapt constituie și punctul de plecare al modului de reacție la emoțiile și trăirile lansate de cei din jur, constituie o bază a feedback-ului pentru a rezona cu cei cu care definim legături, furnizează informații sociale care permit plasarea în perspectivă și gestionarea mult mai optimă, voluntară sau nu, a capacității de răspuns.

Neuronii oglindă ajută la proiectarea realității exterioare în sistemul complex interior format din emoții, atitudini, percepții, motivații etc., luând naștere o sensibilitate comună. Deși fiecare individ consideră că stăpânește o anumită independență, se poate afirma că la nivelul psihologic, al emoțiilor resimțite indivizii sunt în permanență influențați de sistemele





de referință și de raportare la lume ale celor cu care se intersectează, existând conexiuni sociale continue. În acest context, este menționat “avantajul feței vesele”, conform căruia zâmbetele sunt mult mai acceptate de creierul uman, motiv pentru care sentimentele pozitive și atitudinea optimistă a oamenilor sunt mai frecvente decât cele care au caracter negativ.

Empatia se află în strânsă interdependență cu gradul în care indivizii acordă atenție lucrurilor, oamenilor, evenimentelor etc., ceea ce permite și crearea unei legături emoționale mai mult sau mai puțin profunde și racordarea la trăirile celor din jur. În acest context, este subliniată importanța timpului care, la fel ca în afaceri, luarea unor decizii strategice sau elaborarea unei strategii, constituie un factor esențial care ghidează măsura în care atenția noastră este îndreptată într-o anumită direcție și putem da dovadă de altruism și bunăvoință. Acest orizont în care acționează elementele anterior menționate este completat de un cumul de influențe, precum cele personale, socio-psihologice, legate de modul în care percepem diferențele sociale, etc. De exemplu, zbuciumul străzilor aglomerate nu face altceva decât să restricționeze atenția, manifestându-se așa numita “transă urbană” atunci când oamenii își creează un “spațiu” propriu care nu le permite să audă, să salute, să observe pe alții, protejându-se de multitudinea stimulilor externi.

Totodată, este susținut faptul că oamenii au creierul programat instinctual nu numai pentru a se “contamina” de emoțiile celorlalți (frică, mânie, bucurie, etc.), ci și de a acționa raportându-se la aceste situații specifice. Indiferent de realitatea care ne este prezentată prin intermediul diverselor mijloace de comunicare, cercetările dovedesc faptul că oamenii au un “simț etic înăscut” și o predispoziție spre a acționa în vederea ajutorării celorlalți, numărul faptelor bune fiind superior celor care prezintă o latură mai puțin socială și mai puțin definită de compasiune și bunătate.

Inteligența socială se manifestă din plin într-o multitudine de sfere de activitate, formale sau mai puțin formale, iar această abilitate interpersonală condiționează în mod definitiv succesul și eficacitatea acțiunilor în leadership: “Cel mai bun mecanic dintr-o fabrică poate să fie un prost șef de echipă din pricina lipsei de inteligență socială”. Abilitățile care trasează





UNIUNEA EUROPEANĂ



GUVERNUL ROMÂNIEI



Fondul Social European  
POSDRU 2007-2013



Instrumente Structurale  
2007-2013



granița inteligenței sociale sunt adeseori greu de delimitat și sunt indisolubil legate de cele ale inteligenței emoționale, având în vedere că “toate emoțiile sunt sociale” și că modul în care interacționăm cu alți oameni gestionează propriile emoții. Per ansamblu, autorul cărții susține că există două mari elemente care definesc inteligența socială, și anume conștiința socială – aspectele pe care le sesizăm la și despre ceilalți (empatia primară, rezonanța emoțională, precizia empatică, cogniția socială) și dezinvoltura socială – maniera în care abordăm și utilizăm această conștiință (sincronia, imaginea de sine, influența, preocuparea).

Pentru mai multe detalii, te așteptăm pe site-ul proiectului [www.viitor-manager.ase.ro](http://www.viitor-manager.ase.ro).

Alexandru Drăgoi

Expert informare-promovare Proiect POSDRU/161/2.1/G/137080

Structural Consulting™ Group – Partener 2

Aprobat,

Dobrea Razvan Catalin,

Manager proiect

Academia de Studii Economice din Bucuresti - Beneficiar



Structural Consulting™ Group



INFORMAȚIE ÎN SPRIJINUL IDEII TALE!



Proiect cofinanțat din Fondul Social European prin  
Programul Operațional Sectorial Dezvoltarea Resurselor Umane 2007 – 2014  
**Investește în oameni! – POSDRU/161/2.1/G/137080**