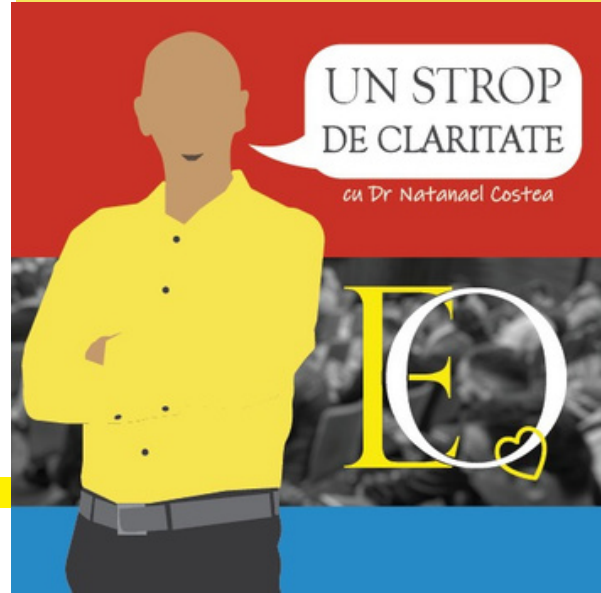


EP 039

CONȘTIENTIZARE SOCIALĂ



SHOW NOTES

OBIECTIV

> Dezvoltarea înțelegerii conștientizării sociale.

ÎNȚELEGÂND CONȘTIENTIZAREA SOCIALĂ

Conștientizarea socială se referă la abilitatea de a simți oamenii din jur și de a interacționa cu ei în modul cel mai eficient și corespunzător. Persoanele cu un grad ridicat de conștientizare socială pot să:

- > înțeleagă și să comunice cu oamenii într-un mod mult mai bun;
- > simtă ceea ce alții simt și spun cuvintele cele mai potrivite pentru situația respectivă;
- > simt durerea altora și iau măsuri pentru a o atenua;
- > simt atmosfera grupului și devin campioni în comunicare și în rezolvarea problemelor;
- > fie evaluați și respectați pentru abilitățile interpersonale redicate;
- > contribuie la rezolvarea problemelor societății lor într-un mod cât mai eficient.

ELEMENTE DE BAZĂ ALE CONȘTIENTIZĂRII SOCIALE

- 1. Auto-conștientizarea.** Cunoașterea de sine e primul pas în a-i cunoaște pe ceilalți. Cu cât de adâncești în interiorul tău, cu atât te ridici în conștientizare.
- 2. Inteligența Socială.** Abilitatea de a construi relații de succes și de a naviga în medii sociale.
- 3. Percepția.** Înțelegerea modului în care oamenii gândesc și privesc alte persoane.
- 4. Empatia.** Abilitatea de a înțelege emoțional ce experimentează o altă persoană.
- 5. Respectul.** Dorința de a accepta oameni pentru ce sunt, cu demnitate și înțelegere.
- 6. Observația.** Procesul de a privi pe cineva.
- 7. Ascultarea activă.** Arta de a da totală atenție celorlalți în conversație.
- 8. Bunătate.** A face bine altora fără pretenții de răsplată sau recunoștință.
- 9. Conștientizare organizațională.** Abilitatea de a înțelege structurile și procesele unei organizații.
- 10. Cooperarea și Competiția.** Găsirea rezoluțiilor în echipă, întărind competiția pe piață.

APLICAȚIE

> Notează trei moduri prin care ai devenit mai conștient social ca înainte.

RESURSE

- > Mai multe de la Dr Natanael Costea: www.eq.org.au
- > Abonează-te pe [Apple Podcasts](#)
- > Abonează-te pe [Google Play](#)

CONECTEAZĂ-TE

- > Facebook: www.facebook.com/eq.org.au
- > Instagram: www.instagram.com/eq.org.au

PARTENER

www.masatto.ro

