

DUYGUSAL ZEKA

& *kariyeriniz*

Duygusal Zeka (EQ)
Bilişsel Zekanın (IQ)
Yerine Nasıl Geçti?

Tecrübe, zeka testleri ve teknik beceriler önemlidir fakat Duygusal Zeka hızla iş dünyasında başarı için en önemli özelliklerden biri haline geliyor.

Duygusal zekanın iş ortamı ile nasıl bir ilişkisi var birlikte keşfedelim mi?



DUYGUSAL ZEKA ya da EQ Nedir?



Kişisel farkındalık sahibi olma ve duygularını yönetme yeteneği



Farkındalık ile başkalarının duygularını yönetebilme yeteneği



İlişki kurma yeteneği, geniş bir kapsam ya da rolde hem kişisel hem de profesyonel olarak etkili yöntemler sunma becerisi

Duygusal Zeka İş Yaşantısında Neden Önemli?



STRES YÖNETİMİ

Duygusal zeka, stres yönetimine yardımcı olur, işbirliği ve takım çalışması için çok önemlidir ve bu ilişkileri öğrenmemize yardımcı olur.

İŞBİRLİĞİ

Birlikte çalışabilme yeteneğimiz duygularımız tarafından derinden etkilenmiştir ve bu işyerinde ilişkilere entegre olma becerisini gerektirir.

İŞ YAŞANTISINDA DUYGUSAL ŞARTLARI ANLAMAK

Tüm yetkinlik ve becerilerde temel oluşturmak için 3 duygusal kapasite vardır: kendini yansıtmak, öz düzen ve empati.

Başarı için Duygusal Zeka neden gereklidir?

Çalışmaların 67%'si yüksek performans için gerekli görülen yeterliliklerin Duygusal Zeka ile ilişkili olduğunu bulmuştur.

Ayrıca yüksek performans için Duygusal Zekanın Bilişsel Zekaya (IQ) ya da teknik beceriye göre yaklaşık iki katı daha önemli olduğu keşfedilmiştir.



186 yönetici ile Duygusal Zeka ile yapılan çalışmada sonuçlar şirket karlılığı ile kıyaslandığında; duygusal zekası yüksek olanların karlılık oranının yüksek olduğu da görülmüştür.

Yapılan diğer bir çalışmada, yüksek performansı belirleyen özelliklerin başında 44% oranında Duygusal Zeka ve 19% oranında Bilişsel Zeka olduğu tespit edilmiştir.

DUYGUSAL ZEKANIN İŞYERİNDEKİ FAYDALARI



İşleri bitirmek adına kendini motive eder.



Müzakerelerde diğerlerini etkili şekilde yönetir.



Çevresindekileri etkiler.

Kendilerini açıkça ifade ederler.



Başkaları tarafından saygı görür.



Zor durumlarda nasıl pozitif olacağını bilir.



İnsanların duygusal reaksiyonlarını anlar ve ona göre hareket eder.

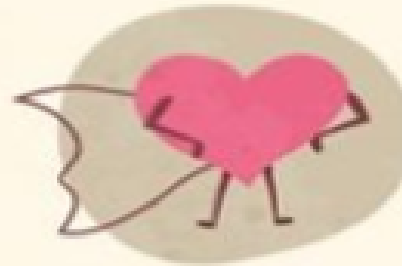
İnsanları yardım etmeye ikna eder.



Doğru sonuca ulaşmak için doğru olanı nasıl söyleyeceğini bilir.



Baskı ve stres altında sakinliğini korur.

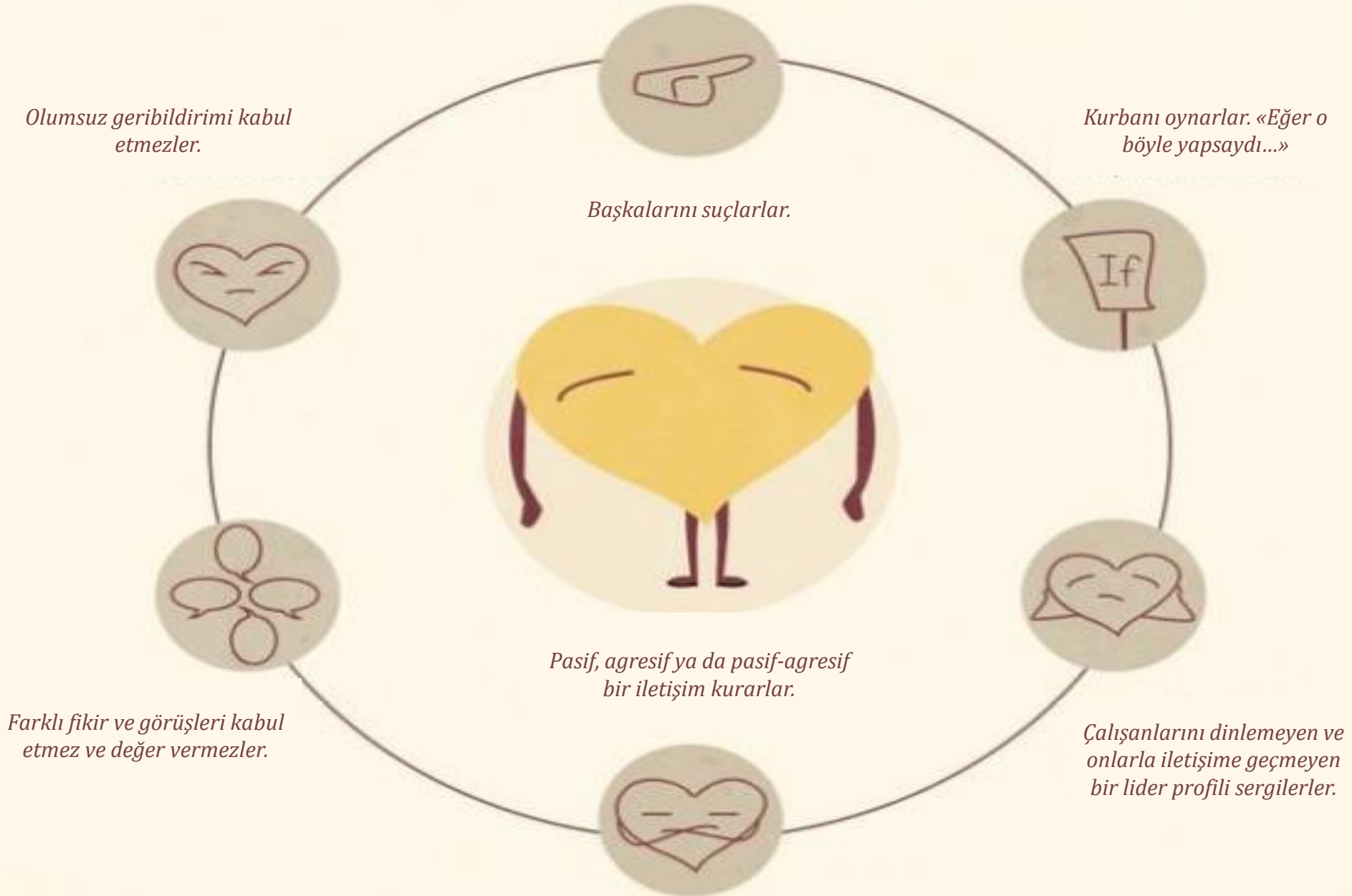


Zor durumların başarıyla üstesinden gelir.



Müzakerelerde kendini etkili şekilde yönetir.

Düşük Duygusal Zeka İş Hayatını Nasıl Etkiler?



DUYGUSAL ZEKAYA SAHİP BAZI CEO'LAR



Jeff Bezos

AMAZON.COM

Jeff Bezos'un müşterilerinin akli ve kalbiyle olan bağlılığı uzun dönem stratejilerine dahi yansımaktadır. Bunun en iyi bilinen örneği, 2009 yılında Amazon ve Zappo'nun birleşmesini Youtube kanalında duyurması olarak verilebilir.

Warren Buffett

BERKSHIRE HATHAWAY

Buffett ilişki yönetimini oldukça önemseyen bir lider ve şirketlerini yöneten CEO'larından istediği şey, 100 yıl sonra bu şirketlere sahip olacak şekilde bir yönetim tarzı sergilemeleri ve yönettikleri şirketleri sahiplenmeleri...



Ursula Burns

XEROX

Ursula Burns Xerox'un CEO'su olarak atandığında organizasyonel gelişim süreçleri için yönlendirici ve öğretici olması adına hayatı üzerine bir vaka çalışması hazırlandı. Doğrudan fakat saygılı bir iletişim üslubu ile çalışanlarına daima ilham veren bir yönetici olarak tanımlanıyor.



Jamie Dimon

JpMORGANCHASE



Dimon der ki: «Bilişsel Zeka ve Duygusal Zeka'nın ne olduğunu biliyorsunuz. Başarılı olmak için en yüksek bilişsel zekaya sahip olmanız gerekir fakat duygusal zeka ile çoğu zaman aynı sonuca erişemezsiniz. Duygusal Zeka zamanla geliştirebileceğiniz bir şeydir. Tüm yönetim becerileri Duygusal Zekadır, çünkü yöneticilik sadece insanların nasıl tepki vereceğini anlamak ve ona göre hareket etmektir.»



Howard Schultz

STARBUCKS

Schultz'un geri dönmesinin en önemli nedeni, şirketine duyduğu sevgi ve çalışanlarıdır. Schultz, çalışanlarına oldukça cömert sağlık imkanlarını yan hak olarak vermektedir. Bunun gerekçesini de kendisi çocukken babasının sağlık sigortasını kaybedişinden ilham alarak yaptığını belirtiyor.

DUYGUSAL ZEKASI YÜKSEK ÇALIŞANLAR

Kişisel Farkındalık

Eğer bir kişinin sağlıklı düzeyde bir kişisel farkındalığı var ise, kendi güçlü ve gelişime açık yönlerini bilir ve çevresindekilere olan etkilerine göre yaklaşımlarını belirler. Kişisel farkındalığı yüksek olan kişilerin aldıkları geribildirim ile başa çıkma ve öğrenme yetisinin daha yüksek olduğu tespit edilmiştir.

Motivasyon

Duygusal zekaya sahip kişiler kendilerini motive edebilirler. Sadece unvan ya da para ile motive olmazlar. Bir hayal kırıklığı ya da olumsuzluk yaşadıklarında dahi optimist bir yaklaşım göstererek içsel bir enerji ile beslenirler.

İnsan İlişkileri

Duygusal zekaya sahip kişiler ekip arkadaşları ile hızlı bir güven ilişkisi kurabilirler. Çatışmadan ve aşırı hırslardan uzak dururlar. Genellikle insanlarla birlikte olmaktan hoşnuturlar ve çevrelerinde saygı uyandırırılar.



Öz Denetim

Duygusal zekası yüksek olan kişiler, ihtiyaç halinde duygularını ortaya çıkartır ve kendilerini kontrol edebilirler. Duygularını susturmak yerine kontrol ederek beklenen düzeyde karşısındaki kişiye yansıtabilirler.

Empati

Empati becerisi olan kişiler insan doğasını anlayarak, çevresindekilerle duygusal bir seviyeden iletişim kurarlar. Empati yeteneği, insanlarla gerçekten anlaşmayı, onların ihtiyaç ve beklentilerini anlamayı sağlar.