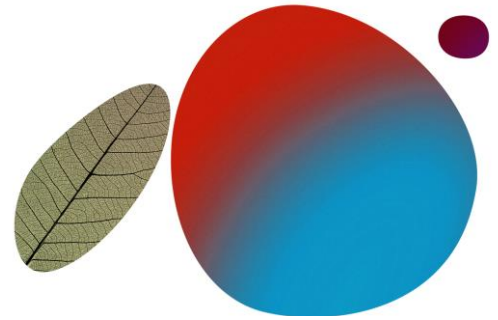


Social Intelligens

Social Intelligens bygger på förmågan att se sin egen del i ett större samspel och samverkan, andra individers del i ett större samspel och samverkan.

Grupper del i ett större samspel och samverkan sitt eget och andras ansvar i ett större samspel och samverkan.

Samspel och samverkan i och mellan grupper kan syfta på tex team, företag, organisation och samhälle.



Social intelligens (SI) bygger på

- a. Självmmedvetenhet
- b. Självregering
- c. Motivation
- d. Relationsmedvetenhet
- e. Empati
- f. Social kompetens – samspel med andra människor i grupp
- g. Omvärldskompetens – att förstå interaktivitet mellan grupper, team, företag, organisationer och samhällen.
- h. Compassion

SI handlar mycket om att kunna lyssna aktivt och ta till sig av flera olika perspektiv, att kunna påverka, skapa intresse och förståelse för allas visioner, att kunna inspirera och motivera andra, att kunna sätta sig in i andra gruppers känslor, motiv, handlingar, att kunna visa hänsyn och respekt för andra grupperingar.

SI handlar om förmågan (kompetens) att samspela med sin omgivning, att i balans kunna samverka med andra på ett sätt som dels innebär att man fortsätter upprätthålla en god kommunikation med andra, dels inte inskränker den egna särarten eller värdegrunden. Det kan handla om att väga in faktorer som välbefinnande, rättigheter, rättvisa och makt.

Genom Mindfulness tränas:

- a. Självmmedvetenhet
- b. Självregering

Genom Mindfulness och Emotionell Intelligens tränas:

- c. Motivation
- d. Relationsmedvetenhet
- e. Empati

Genom Mindfulness, Emotionell Intelligens och Social Intelligens tränas:

- f. Social kompetens – samspel med andra människor i grupp
- g. Omvärldskompetens – att förstå interaktivitet mellan grupper: team, företag, organisationer och samhällen.
- h. Compassion

MINDS UNLIMITED®