



Hướng dẫn Giải thích Ngắn gọn về Não bộ

**Sự mô phỏng đơn giản về kiểu não bộ hiện tại của bạn
trong việc xử lý các dữ liệu về xúc cảm và nhận thức**

bởi Joshua Freedman & nhóm SEI

3 mẹo để hiểu

Hướng dẫn này dành cho những ai đã có được đặc điểm nhận dạng Ngắn gọn về Não bộ theo SEI. Sử dụng hướng dẫn này để diễn giải đặc điểm nhận dạng kiểu não bộ của bạn.



1 Ý nghĩa

Các trang đầu tiên của hướng dẫn này giải thích khái niệm “Kiểu Não bộ” và 3 yếu tố. Trang 17 có thêm 1 số bối cảnh. Các điểm chính được đánh dấu bằng ký hiệu: !

2 Tìm hiểu Kiểu Não bộ của bạn từ trang 9 đến 16.

Bạn có thể chỉ thuộc 1 kiểu não bộ nếu các nút trên đồ thị của bạn nằm gần như hoàn toàn sang trái hoặc sang phải. Nếu bạn có vài nút nằm gần giữa đồ thị, kiểu não bộ của bạn có thể là sự pha trộn nhiều kiểu khác nhau. Xem phần “Các biến thể” để tìm hiểu thêm.

3 Cách sử dụng thông tin này

Đầu tiên, mỗi mô tả từ trang 9 đến trang 16 sẽ có các lời khuyên để làm việc với những người thuộc các kiểu khác nhau. Bạn có đang sống hay làm việc cùng 1 Nhà khoa học? Nhà hiền triết? Siêu anh hùng? Thảo luận về các lời khuyên này với thành viên trong nhóm hoặc trong gia đình bạn.

Sau đó, xem “các bước tiếp theo” từ trang 19.

Bối cảnh

“**Kiểu Não bộ**”: sự mô phỏng cách các phần não bộ cảm tính và lý tính của bạn phối hợp với nhau.



Kiểu Não bộ của bạn dựa vào 3 yếu tố chính:

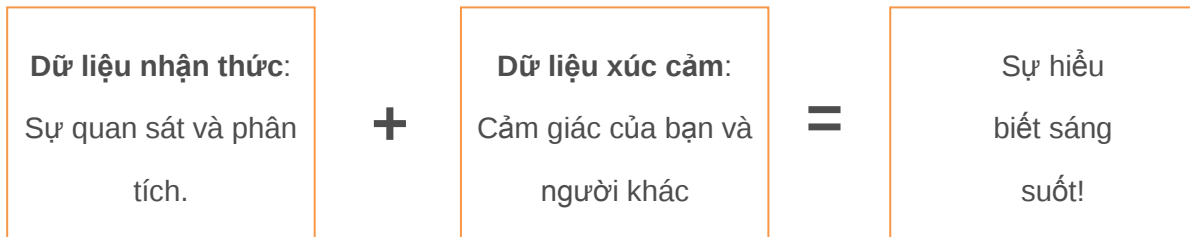
Trọng tâm: Bạn thích kiểu thông tin thiên về xúc cảm hay lý trí?

Quyết định: Bạn có xu hướng phòng thủ hay sáng tạo?

Cảm hứng: Bạn thường có cảm hứng với thực tiễn hay lý tưởng?



Đặc điểm nhận dạng ngắn gọn về Não bộ theo SEI đưa ra sự mô phỏng đơn giản về kiểu não bộ hiện tại của bạn trong việc xử lý các dữ liệu về xúc cảm và nhận thức.



Bằng việc tìm hiểu thêm về não bộ và chỉ số trí tuệ xúc cảm (EQ), nghiên cứu của chúng tôi sẽ giúp bạn có thể đưa ra các quyết định đúng đắn hơn và giúp cho bạn (và những người xung quanh bạn) có 1 cuộc sống vui vẻ, thành công và chất lượng hơn. Tìm hiểu về Kiểu Não bộ của chính bạn là 1 cách hiệu quả để tăng cường trí tuệ xúc cảm.

Một số thuật ngữ chính:

- “**SEI**” là từ viết tắt của “Mạng lưới trí tuệ xúc cảm 6 giây” (Six Seconds Emotional Intelligence).
- **6 giây** là một tổ chức toàn cầu hỗ trợ con người tạo ra sự thay đổi tích cực - mọi lúc mọi nơi. Chúng tôi hướng dẫn các kỹ năng về trí tuệ xúc cảm và giúp mọi người sử dụng các kỹ năng này để tạo ra một thế giới khác biệt.
- **Trí tuệ xúc cảm** sẽ trở nên mạnh mẽ hơn với các cảm xúc. Các từ viết tắt EI (trí tuệ xúc cảm) và EQ (chỉ số trí tuệ xúc cảm) thể hiện khả năng hòa hợp của suy nghĩ và cảm xúc của bạn để tạo ra quyết định sáng suốt nhất có thể có được.
- “**Kiểu Não bộ**” được Mạng lưới 6 giây đưa ra để thể hiện sự mô phỏng cách các phần não bộ cảm tính và lý tính của bạn phối hợp với nhau. Chúng tôi tin rằng con người có thể thích nghi và phát triển, và Kiểu Não bộ có thể thay đổi theo thời gian. Có 8 Kiểu Não bộ được diễn giải trong hướng dẫn này.



3 yếu tố

Kiểu Não bộ của bạn hợp thành bởi 3 yếu tố chính: **Trọng tâm**, **Quyết định**, và **Cảm hứng**.

! Mỗi người có thể đạt được các điểm số khác nhau trên mỗi yếu tố nhưng chắc chắn rằng không có điểm số nào là “tốt” hay “xấu” cả.

Yếu tố 1 - **Trọng tâm**:

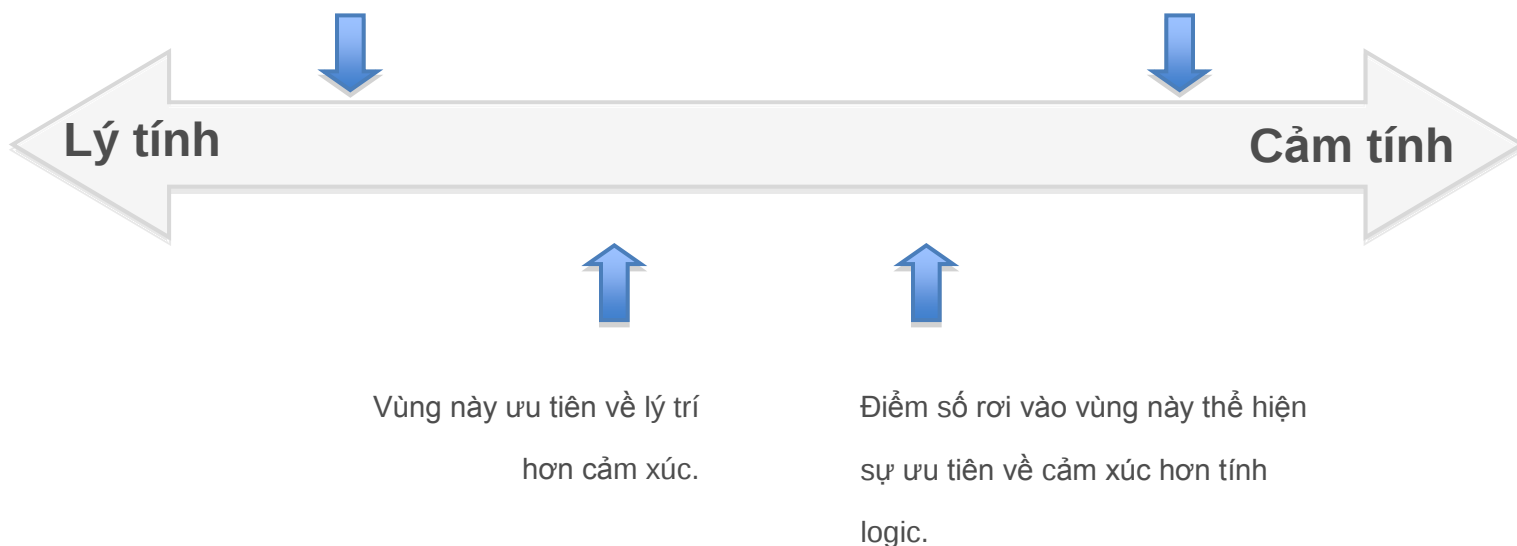
Yếu tố này thể hiện cách bạn phối hợp các dữ liệu nhận thức và xúc cảm.

! Nó thể hiện những gì bạn thường **quan tâm** - chứ không phải những gì bạn thường làm.



Theo chiều này, con người bị chi phối bởi lý trí và thường lơ đi các cảm xúc.

Theo chiều này, xúc cảm có xu hướng quan trọng hơn nhiều so với nhận thức.



Vùng này ưu tiên về lý trí hơn cảm xúc.

Điểm số rơi vào vùng này thể hiện sự ưu tiên về cảm xúc hơn tính logic.

Yếu tố 2 - Quyết định:

Yếu tố 2 cho thấy cách bạn cân bằng giữa rủi ro và cơ hội.

⚠ Nó thể hiện khả năng của bạn trong việc chuyển đổi từ “sự thận trọng” sang “sự tùy tiện” khi cần thiết.



Hầu hết mọi người về phía này
thường làm việc chăm chỉ để tránh
rủi ro.



Chuẩn mực

Người về phía này thường chuộng
sự mới lạ và dễ thích nghi với sự
thay đổi.



Sáng tạo

Phản hơi lệch sang trái này cho
thấy 1 người chuộng sự ổn định
nhưng vẫn đón nhận các cơ hội.



Hầu hết những ai thuộc vùng này
thích đối mặt với rủi ro nhưng cũng
suy tính kỹ trước khi lao đầu vào.



Yếu tố 3 - Cảm hứng:

Yếu tố cuối cùng này cho thấy sự cân bằng về động lực trong hiện tại và tương lai.

⚠️ Yếu tố này cho thấy điều gì có thể gây cảm hứng cho bạn.



Người thiên về điểm này thích hành động và khao khát 1 kết quả, nhưng họ chỉ tập trung vào “hiện tại”.



Người thiên về điểm này có tầm nhìn sâu rộng về tương lai nhưng lại ít chú tâm vào những gì xảy ra hằng ngày.



Thực tiễn

Lý tưởng



Vùng này chỉ những người thích hành động - nhưng cũng suy xét đến tương lai.

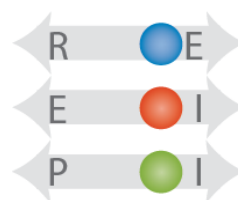
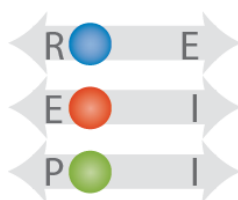
Ở khoảng này, con người có tầm nhìn sâu rộng về tương lai nhưng cũng có những động cơ thực

8 Kiểu Người

8 kiểu người sau đây là những người “hoàn toàn” thuộc về 1 Kiểu Não bộ khác nhau. Bạn có thể là một sự kết hợp của 2 - 3 kiểu và kiểu người này của bạn có thể thay đổi theo thời gian.

Nhà khoa

học: Chính xác,
Thận trọng, Tỉ mỉ

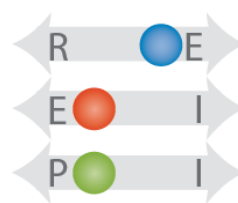
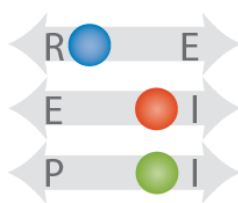


Người nhìn xa trông rộng

rộng: Hăng hái, Dễ biến đổi, Dài hạn.

Nhà phát minh

minh: Có đầu óc phân tích, Sáng tạo, Cởi mở

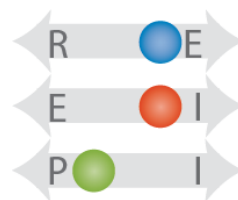
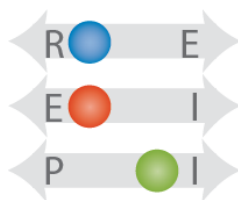


Người giám hộ

hộ: Quan tâm, Thận trọng, Thực dụng

Nhà chiến lược

lược: Tỉ mỉ, Thận trọng, Hướng về tương lai

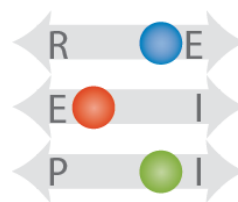
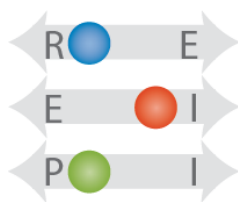


Siêu anh hùng

hùng: Tận tụy, Sáng tạo, Thực tế

Người cứu nguy

nguy: Tập trung vào nhiệm vụ, Có khả năng tạo sinh, Thực tiễn



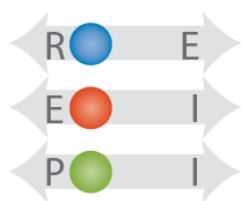
Nhà hiền triết

triết: Quan tâm, Bảo hộ, Cao thượng

Các trang tiếp theo sẽ đưa ra mô tả cho mỗi kiểu.

Đặc điểm nhận dạng: Nhà khoa học

Tổng quan



Nhà khoa học là người tập trung vào các dữ liệu nhiều đến nỗi bỏ mắt các manh mối quan trọng về cảm xúc. Nhà khoa học chỉ muốn tìm ra câu trả lời chính xác và xem rủi ro như mọi mối đe dọa. Kiểu người này khá thực tiễn và đề cao tính thực hành.

Nhà khoa học có thể đóng vai trò người giải quyết vấn đề, trọng tài, nhà phân tích hoặc kỹ sư.

Giá trị ưu tiên

Nhà khoa học thường đề cao tính chính xác, trình tự, sự rõ ràng, bình tĩnh, an toàn, cân bằng, hiểu biết và tính thực tiễn.

Đặc điểm pha trộn

Điểm lý tính nằm gần điểm giữa: Bạn có thể thấy rằng con người ta không HOÀN TOÀN lý tính (xem thêm Người giám hộ).

Điểm chuẩn mực nằm gần điểm giữa: Có lẽ bạn đang hướng đến sự linh hoạt và thiên về hành động hơn (xem thêm Người cứu nguy).

Điểm thực tiễn nằm gần điểm giữa: Bạn không chỉ muốn tìm ra đáp án mà còn muốn hướng đến ý nghĩa và giá trị lâu dài của những kết quả phân tích của mình (xem Nhà chiến lược).

Lời khuyên dành cho Nhà khoa học khi làm việc với người khác

Người khác có thể cho rằng bạn khá cứng nhắc. Bạn đòi hỏi tính chính xác, nhưng hãy nhớ rằng cuộc sống không chỉ đơn giản có 2 màu trắng và đen.

Tuy cảm xúc có vẻ phi logic nhưng thật vô lý khi phủ nhận sự tồn tại của chúng. Hãy học hỏi thêm các quy tắc về cảm xúc.

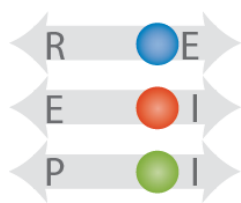
Lời khuyên dành cho Người khác Làm việc cùng Nhà khoa học

- Nhà khoa học cần mọi người hiểu mình. Đừng hỏi họ “bạn có đoán được tôi đang cảm thấy như thế nào không?”, thay vào đó, hãy giải thích cảm xúc của bạn cho họ hiểu theo 1 cách hợp lý.
- Đừng cố ép Nhà khoa học phải thay đổi, đặc biệt không thể áp dụng cách cổ vũ hay kích động sự sợ hãi 1 cách sai lầm. Nhà khoa học có thể sẵn sàng thay đổi nếu việc giữ nguyên hiện trạng đem lại nhiều rủi ro hơn so với việc thay đổi - VÀ nếu có nguyên nhân cũng như hướng thay đổi hợp lý.
- Nhà khoa học chuộng sự hành động một cách thực tế, vì vậy nếu bạn muốn trò chuyện với họ về các viễn cảnh trong tương lai hay những thứ trừu tượng, cần cho họ các ví dụ thực tế và rõ ràng - và chứng minh cho họ thấy bằng cách đưa ra số liệu. Tốt nhất là vẽ ra bằng đồ thị cho họ thấy.



Đặc điểm nhận dạng: **Người nhìn xa trông rộng**

Tổng quan



Người nhìn xa trông rộng là người tập trung vào các dữ liệu nhiều đến nỗi bỏ mất các manh mối quan trọng về cảm xúc. Người nhìn xa trông rộng có thể mở ra 1 tương lai mới nhưng cũng có thể là người phi thực tiễn. Kiểu người này rất năng động và có khả năng thay đổi.

Người nhìn xa trông rộng có thể đóng vai trò nhà cách mạng, tác nhân thay đổi, nhà hoạt động tôn giáo hoặc nhà thơ.

Giá trị ưu tiên

Người nhìn xa trông rộng đề cao các mối quan hệ, quá trình, tính nhân văn, các ý tưởng lớn, sự sáng tạo và sự thông thái.

Đặc điểm pha trộn

Điểm cảm tính nằm gần điểm giữa: Bạn có thể chú trọng vào các dữ liệu đặc biệt (xem Nhà phát minh).

Điểm sáng tạo nằm gần điểm giữa: Có thể bạn đang hướng đến sự an toàn (xem Nhà hiền triết).

Điểm lý tưởng nằm gần điểm giữa: Bạn có thể muốn nhìn thấy viễn cảnh trong hành động của mình (xem Siêu anh hùng).

Lời khuyên dành cho Người nhìn xa trông rộng khi làm việc với người khác

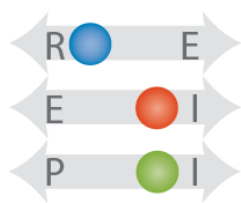
Người khác có thể cho rằng bạn không thực tế. Bạn có thể chú trọng vào bức tranh toàn cảnh, nhưng đừng quên rằng sự thay đổi đến từ việc hành động (hoặc đôi khi bị chấm dứt cũng do hành động). Sự thẳng thắn, rõ ràng và có ranh giới là tốt, kể cả khi người khác không thích chúng (hay không thích bạn).

Lời khuyên dành cho Người khác Làm việc cùng Người nhìn xa trông rộng

- Người nhìn xa trông rộng cần có cảm giác được kết nối. Đừng đề cập với họ về các dữ liệu nằm ngoài phạm trù các mối quan hệ.
- Đừng cố ngăn Người nhìn xa trông rộng lao vào các rủi ro mà không đưa ra được dữ liệu để chứng minh về độ nguy hiểm của rủi ro đó. Người nhìn xa trông rộng có thể chịu chậm chân lại vì các lý do về mối quan hệ đủ mạnh, như khi đặt người khác vào viễn cảnh của mình.
- Người nhìn xa trông rộng không hứng thú lắm với tiểu tiết cho nên hãy bắt đầu trao đổi với họ bằng bức tranh toàn cảnh và sự dài hạn. Sau đó liên kết các yếu tố lại với nhau. Nhiều quan điểm cùng 1 lúc (có thể từ nhiều người cùng trò chuyện) và các phép ẩn dụ có thể giúp bạn trò chuyện tốt với Người nhìn xa trông rộng.

Đặc điểm nhận dạng: Nhà phát minh

Tổng quan



Nhà phát minh luôn bị ám ảnh bởi việc tìm ra những giải pháp mới và do đó mất đi tầm nhìn về sự tương tác giữa con người với nhau. Nhà phát minh luôn muốn tìm ra một lối đi riêng và sẵn sàng đối mặt với rủi ro, thử nghiệm, kể cả khi không thể áp dụng chúng 1 cách rõ ràng và thực tế.

Nhà phát minh có vẻ ưa thích sống trong trí tưởng tượng và các khả năng, do đó có thể là người không thực tế.

Giá trị ưu tiên

Nhà phát minh thường đề cao sự chính xác, sáng tạo, cơ hội, sự đổi mới, năng lượng và tính nhân văn.

Đặc điểm pha trộn

Điểm lý tính nằm gần điểm giữa: Bạn có thể đã nhận ra rằng người ta chỉ sử dụng sự sáng tạo của bạn khi bạn đề tâm đến cảm xúc của họ (xem Người nhìn xa trông rộng).

Điểm sáng tạo nằm gần điểm giữa: Có lẽ bạn đang hướng đến sự thận trọng (xem thêm Người cứu nguy).

Điểm lý tưởng nằm gần điểm giữa: Bạn đang tiến đến cân bằng tầm nhìn của mình và tính thực tiễn (xem Người cứu nguy).

Lời khuyên dành cho Nhà phát minh khi làm việc với người khác

Người khác có thể cho rằng bạn không thực tế. Bạn có thể có cái nhìn cụ thể, nhưng đừng quên rằng sự thay đổi bắt đầu từ những bước cụ thể và sự liên kết với con người.

Trong khi bạn không thích “những gì thuộc về con người” và các cảm xúc thì cũng nên lưu ý rằng cảm xúc có thể khá hữu ích trong việc thúc đẩy hành động.

Lời khuyên dành cho Người khác Làm việc cùng Nhà phát minh

- Nhà phát minh bị thúc đẩy bởi các cơ hội. Đừng kỳ vọng rằng họ sẽ bắt đầu từ những thứ mang tính thực tiễn.
- Nhà phát minh yêu thích sự thay đổi và thử thách. Nếu học đi quá nhanh, hãy giúp họ đạt được mục tiêu của mình, các công việc theo từng bước một rất có giá trị với họ. Nếu bạn quá cứng nhắc và chậm chạp, họ sẽ bỏ bạn lại phía sau.
- Nhà phát minh có thể không hứng thú lắm với việc “xử lý”. Họ chỉ muốn thử làm, thực hiện và thử nghiệm. Cần thận đừng trở thành vật cản trên con đường khám phá nghiên cứu của họ. Nhà phát minh sẽ không tập trung vào những vấn đề quá riêng tư. Thay vào đó, hãy đề cập với họ những điều hướng đến tương lai và có logic. Hãy vẽ ra 1 sơ đồ từ tình huống hiện tại đến kết quả mong đợi ở tương lai khi trò chuyện với họ.

Đặc điểm nhận dạng: **Người giám hộ**

Tổng quan



Người giám hộ là người bảo vệ người khác, thận trọng và thực tế. Người giám hộ có thể từ chối sự thay đổi. Người giám hộ ngăn cản người khác đối đầu với các rủi ro.

Người giám hộ có thể đóng vai trò người chăm sóc y tế, nhân viên cứu hộ, người bảo vệ kẻ yếu thế, người hòa giải hay một người bạn tốt luôn đứng về phía bạn (kể cả khi bạn sai).

Giá trị ưu tiên

Người giám hộ đề cao sự an toàn, tôn trọng, các mối quan hệ, quá trình, sự thận trọng và thực tế.

Đặc điểm pha trộn

Điểm cảm tính nằm gần điểm giữa: Bạn có thể học cách cân bằng giữa lý tính và cảm tính (xem Nhà khoa học).

Điểm chuẩn mực nằm gần điểm giữa: Có thể bạn sẵn lòng đối mặt với rủi ro hơn những Người giám hộ khác (xem Siêu anh hùng).

Điểm thực tiễn nằm gần điểm giữa: Bạn có thể đang hướng đến một viễn cảnh lâu dài hơn (xem Nhà hiền triết).

Lời khuyên dành cho Người giám hộ khi làm việc với người khác

Người khác có thể cho rằng bạn cứng đầu. Đúng là sự thận trọng và thực tế rất quan trọng, tuy nhiên rủi ro không phải lúc nào cũng xấu, kể cả khi nó mang tính thử thách cao. Hãy tự hỏi mình “liệu tôi có bảo vệ quá mức cần thiết không?”.

Lời khuyên dành cho Người khác Làm việc cùng Người giám hộ

- Người giám hộ tập trung vào con người và sự an toàn. Bạn có thể sẽ gặp khó khăn nếu cố giải thích cho họ về những yêu cầu của tình huống và thực trạng. Thay vào đó, hãy tập trung vào mối quan hệ, các liên kết và cơ hội cho con người.
- Đừng cố ngăn Người giám hộ thực hiện thiên chức bảo vệ; thay vào đó hãy giúp họ thấy rằng con đường bạn vạch ra là thực tế và tốt cho những ai có liên quan.
- Người giám hộ chú trọng các chi tiết. Hãy trình bày ý tưởng của bạn từng bước một theo cách cụ thể. Dùng câu chuyện của riêng bạn và những cảm xúc chân thực của con người để giúp Người giám hộ có thể hiểu bạn.

Đặc điểm nhận dạng: Nhà chiến lược

Tổng quan



Nhà chiến lược tập trung vào tìm giải pháp “đúng” mà không tiến lên phía trước. Nhà chiến lược biết rõ chắc chắn sẽ có 1 giải pháp đúng và họ phải tìm ra nó. Nhà chiến lược muốn thế giới trở nên có ý nghĩa.

Nhà chiến lược có thể đóng vai trò người lái tàu, người chơi cờ hay nhà đầu tư.

Giá trị ưu tiên

Nhà chiến lược đề cao việc lập kế hoạch cụ thể, tính chính xác, sự đầu tư, an toàn, logic, thông minh và sáng suốt.

Đặc điểm pha trộn

Điểm lý tính nằm gần điểm giữa: Bạn có thể thấy rằng con người ta không HOÀN TOÀN lý tính (xem thêm Nhà hiền triết).

Điểm chuẩn mực nằm gần điểm giữa: Có lẽ bạn đang hướng đến sự thích nghi/ sáng tạo (xem thêm Nhà phát minh).

Điểm lý tưởng nằm gần điểm giữa: Bạn có thể hướng đến sự thực tế, hoạt động (xem Nhà khoa học).

Lời khuyên dành cho Nhà chiến lược khi làm việc với người khác

Người khác có thể cho rằng bạn là người cầu toàn. Bạn có thể đòi hỏi sự chính xác nhưng đừng chậm chân tại chỗ trong sự phân tích.

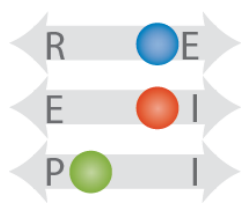
Trong khi bạn gạt bỏ cảm xúc sang bên, hãy nhớ rằng một chiến lược chỉ hiệu quả khi ta có thể truyền tải được nó - và cảm xúc là công cụ có thể thực hiện điều đó.

Lời khuyên dành cho Người khác Làm việc cùng Nhà chiến lược

- Nhà chiến lược cần mọi thứ trở nên rõ ràng. Nếu bạn bắt họ thay đổi nhanh chóng, họ sẽ bị giậm chân tại chỗ bởi nhu cầu về độ chính xác của mình.
- Trong các mối quan hệ, đừng bắt họ phải đoán, hãy cho họ một số dữ liệu và giúp họ hiểu vì sao các cảm xúc của bạn là quan trọng.
- Nhà chiến lược sẽ sẵn lòng thay đổi nếu lợi ích của việc thay đổi rõ ràng và khớp với tầm nhìn của họ. Tập trung vào các giá trị dài hạn.
- Nhà chiến lược được gọi cảm hứng từ viễn cảnh và tương lai. Giúp họ kết nối với thực tế ở hiện tại và các hành động cụ thể với các kết quả được vạch ra sẵn.

Đặc điểm nhận dạng: **Siêu anh hùng**

Tổng quan



Siêu anh hùng có thể làm được tất cả mọi thứ. Là người sáng tạo, năng động, giàu năng lượng và thực tiễn, Siêu anh hùng sẽ đồng ý trước rồi mới suy nghĩ về việc thực hiện. Siêu anh hùng luôn chăm lo cho người khác (thậm chí còn hy sinh cả bản thân mình). Họ là nguồn năng lượng và nguồn vui - và đôi khi nguồn năng lượng đó cũng bị cạn kiệt.

Siêu anh hùng có thể đóng vai trò người tổ chức các bữa tiệc, trưởng đội cổ vũ, người giúp đỡ hay người thích tìm kiếm cảm giác mạnh.

Giá trị ưu tiên

Siêu anh hùng đề cao sự sáng tạo, niềm vui, các mối quan hệ, sự đổi mới, tính thực tiễn và thành tựu.

Đặc điểm pha trộn

Điểm cảm tính nằm gần điểm giữa: Bạn có thể trở nên logic hơn trong việc chăm lo cho người khác (xem thêm Người cứu nguy).

Điểm sáng tạo nằm gần điểm giữa: Có thể bạn có xu hướng bảo vệ người khác nhiều hơn các Siêu anh hùng khác (xem Người giám hộ).

Điểm thực tiễn nằm gần điểm giữa: Bạn có thể cân bằng giữa nhu cầu ở hiện tại và viễn cảnh dài hạn (xem Người nhìn xa trông rộng).

Lời khuyên dành cho Siêu anh hùng khi làm việc với người khác

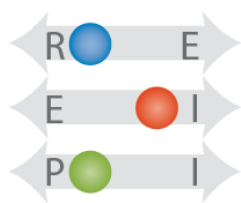
Người khác có thể cho rằng bạn quá nhanh đến ầu tả, cứ nhào vào làm cái này, sửa cái kia, cứu người nọ. Hãy nhớ để cho người khác cơ hội tự đấu tranh cho mình, và không phải tất cả mọi thứ đều cần có giải pháp. Bạn có thể đánh giá thấp các rủi ro, và người khác có thể cho rằng bạn không nhìn vào bức tranh toàn thể hay sự dài hạn. Học cách đề cao nhiều giá trị cùng 1 lúc: nhanh hơn nhưng cũng phải tốt hơn. Sáng tạo và thực tiễn.

Lời khuyên dành cho Người khác Làm việc cùng Siêu anh hùng

- Siêu anh hùng thể hiện những giá trị họ coi trọng thông qua việc chăm lo cho người khác và giải quyết các vấn đề. Kể cả khi bạn không muốn hay cần họ giúp thì họ vẫn muốn giúp - vậy nên hãy tìm cách tạo điều kiện cho họ.
- Nếu bạn cố gắng khiến một Siêu anh hùng chậm lại hay bắt họ tuân theo lẽ thói thông thường, họ sẽ trở nên thiếu kiên nhẫn. Nếu bạn muốn họ thận trọng và kiên nhẫn hơn, hãy giúp họ thấy được điều đó giúp cho họ giải quyết vấn đề tốt hơn như thế nào.
- Thay vì nhìn vào những thứ trừu tượng hay “bức tranh toàn cảnh”, Siêu anh hùng chú trọng vào những gì ở thực tại và việc giúp đỡ mọi người. Vì vậy, khi trao đổi với họ, hãy tập trung vào nhu cầu, cơ hội của mọi người và các hành động thực tiễn. Dùng các ví dụ, câu chuyện cụ thể về con người.

Đặc điểm nhận dạng: **Người cứu nguy**

Tổng quan



Nếu bạn muốn mọi thứ hoàn tất, hãy gọi Người cứu nguy. Họ là những người giải quyết vấn đề thực tế, luôn hướng tới hành động và tìm ra cách giải quyết vấn đề. Người cứu nguy có thể gây sốc cho người khác và/hoặc phá vỡ các luật lệ trong quá trình giải quyết vấn đề, nhưng vấn đề chắc chắn được giải quyết ổn thỏa.

Người cứu nguy có thể đóng vai trò người giải quyết vấn đề, chiến binh, kiến trúc sư, nhà sản xuất hoặc người thi hành.

Giá trị ưu tiên

Người cứu nguy đề cao sự hiệu quả, sáng tạo, thành quả, hành động, sự kịp thời và rõ ràng.

Đặc điểm pha trộn

Điểm lý tính nằm gần điểm giữa: Bạn có thể thấy rằng con người ta không HOÀN TOÀN lý tính (xem thêm Siêu anh hùng).

Điểm sáng tạo nằm gần điểm giữa: Bạn đang cân bằng giữa cơ hội và rủi ro (xem Nhà khoa học).

Điểm thực tiễn nằm gần điểm giữa: Bạn có thể đang hướng đến các giải pháp dài hạn hơn (xem Nhà phát minh).

Lời khuyên dành cho Người cứu nguy khi làm việc với người khác

Hãy chậm lại và cho phép người khác tham gia vào quá trình giải quyết - trừ tình huống thực sự khẩn cấp ra thì đừng khiến cho tâm lý vội vàng của bạn gây áp lực lên người khác. Học cách kiên nhẫn với những người muốn “giấy bày tâm sự” với bạn, điều này có thể thực sự giúp bạn đạt được kết quả tốt hơn.

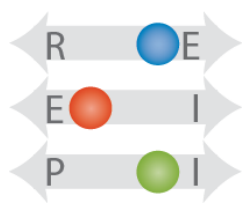
Bạn có thể gặp rắc rối với những người thận trọng - hãy nhớ rằng họ có thể giúp bạn loại bỏ các rủi ro không đáng có, đặc biệt là khi chúng liên quan đến con người và cảm xúc.

Lời khuyên dành cho Người khác Làm việc cùng Người cứu nguy

- Đừng nhờ Người cứu nguy trừ khi bạn thực sự muốn có 1 giải pháp triệt để. Nếu bạn chỉ cần người lắng nghe chứ không cần nhờ giải quyết thì nên nói rõ với họ ngay từ đầu.
- Người cứu nguy thường chỉ tập trung vào nhiệm vụ chứ không phải cảm xúc. Nếu họ không để ý đến cảm xúc của bạn, hãy giúp họ hiểu vì sao cảm xúc quan trọng trong việc đạt được mục đích (không phải chỉ để tỏ ra “tử tế”, mà còn giúp công việc trở nên hiệu quả hơn).
- Người cứu nguy thích hành động nhanh nhẹn và sáng tạo. Nếu bạn muốn họ chậm lại, hãy đưa ra lý do thực tiễn và cho họ thấy bức tranh toàn cảnh. Hãy đưa ra sơ đồ cụ thể chứ đừng diễn đạt văn vẻ dài dòng.

Đặc điểm nhận dạng: Nhà hiền triết

Tổng quan



Nhà hiền triết quan tâm đến con người và bức tranh toàn cảnh. Nhà hiền triết luôn có sẵn vô số lời khuyên thiếu thực tế - một câu trả lời đồ sộ nhưng không dẫn đến sự tiến về phía trước. Nhà hiền triết quan tâm đến những “vấn đề lớn” như ý nghĩa cuộc sống và họ thường suy ngẫm nhiều hơn hành động.

Nhà hiền triết có thể đóng vai trò nhà tư tưởng, nhà thơ, người bảo vệ, nhà tư vấn hoặc một kẻ mộng mơ.

Giá trị ưu tiên

Nhà hiền triết đề cao sự thông thái, con người, sự an toàn, hòa hợp, sự suy nghĩ, học tập và quan sát.

Đặc điểm pha trộn

Điểm cảm tính nằm gần điểm giữa: Bạn có thể tiến đến cách tiếp cận mang tính giải pháp cao hơn (xem thêm Nhà chiến lược).

Điểm chuẩn mực nằm gần điểm giữa: Bạn sẵn lòng đối mặt với rủi ro hơn (xem Người nhìn xa trông rộng).

Điểm lý tưởng nằm gần điểm giữa: Bạn có thể hướng đến hành động nhiều hơn các Nhà hiền triết khác (xem Người giám hộ).

Lời khuyên dành cho Nhà hiền triết khi làm việc với người khác

Bạn có thể có được một bức tranh cụ thể về những ý tưởng lớn có ích cho mọi người, nhưng sẽ không ai chịu tin bạn nếu bạn không thử đối mặt với rủi ro và tìm cách thực tiễn hóa ý tưởng của mình. Hãy nhớ rằng rủi ro vô cùng cần thiết cho sự phát triển của bạn và tất cả mọi người. Hãy bám lấy ý tưởng lớn của mình đồng thời tận hưởng niềm đam mê và sự năng động trong việc bắt tay vào hành động ngay trong hiện tại.

Lời khuyên dành cho Người khác Làm việc cùng Nhà hiền triết

- Nhà hiền triết tập trung vào các mối quan hệ và các “ý tưởng lớn” - họ sẽ không chịu nghe theo các ý tưởng về cách hành động và thay đổi của bạn trừ khi bạn cho họ thấy được rằng chúng dẫn đến hướng đi hiệu quả như thế nào.
- Nhà hiền triết không sẵn lòng đối đầu với rủi ro. Nếu bạn muốn họ sáng tạo hoặc thay đổi, hãy trao đổi với họ dựa trên cảm xúc và kinh nghiệm của con người chứ đừng dựa trên số liệu và tính thực tiễn.
- Nhà hiền triết không hứng thú lắm với các chi tiết cụ thể cho nên hãy bắt đầu trao đổi với họ bằng bức tranh toàn cảnh và sự dài hạn. Các phép ẩn dụ, hình ảnh và cảm giác về bức tranh dài hạn có thể giúp bạn trao đổi hiệu quả với Nhà hiền triết.

3 màu

Bạn có để ý rằng trong bảng Đặc điểm nhận dạng Ngắn gọn về Não bộ của mình có 3 nút với màu sắc khác nhau không? 3 màu này phù hợp với 3 bước của Mô hình trí tuệ xúc cảm của Mạng lưới 6 giây - một quá trình biến đổi trí tuệ xúc cảm thành hành động.

⚠ Trí tuệ xúc cảm sẽ trở nên mạnh mẽ hơn với các cảm xúc. Có rất nhiều thông tin về mô hình này tại www.6seconds.org. Người có trí tuệ xúc cảm, hay chỉ số EQ cao, sẽ có các mối quan hệ thuận lợi hơn, đưa ra các quyết định chính xác hơn, làm việc hiệu quả hơn, khỏe mạnh hơn và có chất lượng cuộc sống cao hơn. Thật tuyệt vời! Vậy bạn có thể tìm thấy chúng ở đâu?

Mạng lưới 6 giây đã tạo ra một mô hình đơn giản với 3 bước:

1. Hiểu rõ bản thân

Hiểu rõ cảm xúc và hành động của bạn. Các xúc cảm là dữ liệu, và các khả năng này cho phép bạn thu thập các thông tin đó một cách chính xác.

2. Lựa chọn cho Bản thân

Làm điều bạn muốn. Thay vì phản ứng một cách máy móc, các khả năng này cho phép bạn phản ứng một cách chủ động.

3. Trao cho Bản thân

Làm cho một nguyên nhân cụ thể. Các khả năng này cho phép bạn biến tầm nhìn và sứ mệnh của bạn thành hành động để bạn có thể đạt được mục đích của mình một cách trọn vẹn nhất.



3 màu trong ảnh Đặc điểm nhận dạng Ngắn gọn về Não bộ có liên quan đến 3 bước này. Để thực hiện các bước này, bạn cần **cân bằng** các đặc điểm của mình. Ví dụ, trong phần “Trọng tâm”, nếu bạn quá thiên về “LÝ TÍNH”, bạn có thể không Hiểu rõ bản thân vì bạn đã bỏ lỡ các dữ liệu về xúc cảm.

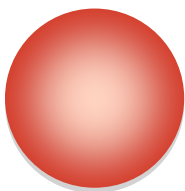
Kích thước các nút

Bạn có thể thấy rằng các nút màu trên đồ thị của mình thuộc 3 kích cỡ khác nhau. Chúng cho bạn biết yếu tố nào trong 3 yếu tố trên sẽ là động lực lớn nhất đối với bạn.



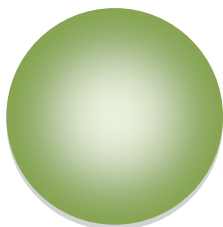
Nếu “Trọng tâm” nhỏ nhất, bạn có thể muốn thực hành quan sát cẩn thận hơn. Xúc cảm chứa đựng nhiều thông tin quan trọng.

Nếu nút này to nhất, bạn có thể có rất nhiều dữ liệu.



Nếu “Quyết định” nhỏ nhất, bạn cần dành thêm thời gian và năng lượng trong việc đánh giá và tạo ra các lựa chọn. Xúc cảm là dấu hiệu của rủi ro và cơ hội.

Nếu nút này to nhất, bạn có thể có rất mạnh về mặt này.



Nếu “Cảm hứng” nhỏ nhất, bạn có thể thấy mình thiếu năng lượng - mà cảm xúc lại là một nguồn năng lượng thúc đẩy tuyệt vời.

Nếu nút này to nhất, bạn có thể có rất nhiều năng lượng.

Sử dụng kiểu não bộ của bạn

Sau đây là 3 lời khuyên về việc sử dụng bảng Đặc điểm nhận dạng ngắn gọn về Não bộ:

1

Rủi ro và cơ hội

Như đã đọc từ trang 9-16, mỗi Kiểu Não bộ sẽ có lợi thế riêng của mình. Ví dụ như Người cứu nguy tuyệt vời ở chỗ luôn hoàn thành mọi thứ.

Vậy theo bạn 3 lợi ích của Kiểu Não bộ của bạn là gì? Bạn thích Kiểu Não bộ của mình ở điểm nào?

- 1.
- 2.
- 3.

Cùng với lợi thế, mỗi Kiểu Não bộ cũng có các rủi ro riêng. Chúng thường gắn liền với các lợi thế. Trở lại ví dụ về Người cứu nguy, tuy luôn hoàn thành mọi việc, nhưng họ cũng có thể có xu hướng bỏ qua hoặc làm tổn thương người khác trên lối đi của mình. Vậy theo bạn 3 “vấn đề” hay rủi ro mà Kiểu Não bộ của bạn sẽ gặp phải là gì?

- 1.
- 2.
- 3.

Bạn có thể chỉ ra một số tình huống mà Kiểu Não bộ của mình có thể tận dụng được nhiều lợi thế hơn không? Các tình huống nào sẽ gặp nhiều rủi ro hơn?

Việc nắm được các rủi ro và lợi thế có thể giúp bạn tránh được các rủi ro. Tốt hơn nữa, bạn hãy nghĩ đến một số động thái có thể làm để bảo vệ bản thân và người khác tránh khỏi các rủi ro và tận dụng được thêm nhiều lợi thế.



2

Làm việc Với các Kiểu Não bộ khác.

Hãy giúp bạn bè, người thân trong gia đình hay đồng nghiệp của bạn tìm ra Đặc điểm nhận dạng ngắn gọn về Não bộ của riêng họ. Sau đó lập 1 biểu đồ về Kiểu Não bộ của từng người:

Tên	Nhà khoa học	Người nhìn xa trông rộng	Nhà phát minh	Người giám hộ	Nhà chiến lược	Siêu anh hùng	Người cứu nguy	Nhà hiền triết

Có bao nhiêu người thuộc mỗi Kiểu Não bộ trong nhóm/ gia đình của bạn? Các kiểu nào thường nắm vị trí cao nhất (như trưởng nhóm chẳng hạn)? Ảnh hưởng của mỗi kiểu đối với cả nhóm là gì?

Kiểu nào trội hơn: các kiểu Lý tính hay Cảm tính? Chuẩn mực hay Sáng tạo? Thực tiễn hay Lý tưởng? Có “lỗ hổng” nào trong nhóm không?

Việc nhận ra các điểm tương đồng và khác biệt trong các Kiểu Não bộ của nhau có thể giúp tăng cường sự tôn trọng và thấu hiểu lẫn nhau trong cùng một nhóm. Điều này có thể giúp bạn có cái nhìn sâu hơn vào một số khía cạnh của các mối quan hệ của mình. Sẽ rất có ích nếu tất cả mọi người trong một mối quan hệ có cùng những khái niệm để diễn đạt về cách duy trì mối quan hệ của mình.

Cuối cùng, xem lại các “Lời khuyên dành cho Người khác” từ trang 9-16. Các lời khuyên này có thể giúp bạn làm việc hiệu quả hơn với mỗi Kiểu Não bộ khác nhau. Thảo luận về các lời khuyên này. Các Nhà khoa học trong nhóm của bạn có đồng ý với các lời khuyên về việc làm việc cùng với họ hay không? Điều nào quan trọng nhất với họ? VD: Bạn làm thế nào để có thể làm việc cùng nhau và kết hợp các Kiểu Não bộ một cách hiệu quả hơn?



3

Giá trị có sẵn và Cơ hội.

Trong bảng Đặc điểm nhận dạng ngắn gọn về Não bộ của mình, bạn sẽ thấy có 2 khung chỉ ra các Giá trị và Cơ hội. Khi làm trắc nghiệm đánh giá Trí tuệ Xúc cảm 6 giây SEI, bạn sẽ được tiếp cận 2 bảng câu hỏi: Một bảng về trí tuệ xúc cảm (để xác định Kiểu Não bộ) và bảng còn lại về các “Yếu tố thành công” của bạn, cụ thể như sau:

Yếu tố thành công	Định nghĩa
Khả năng ra quyết định	Khả năng tìm ra lựa chọn hiệu quả nhất
Sức ảnh hưởng	Khả năng động viên và gắn kết người khác
Khả năng liên kết	Khả năng xây dựng nhiều mối quan hệ để tạo nguồn hỗ trợ
Khả năng chia sẻ	Khả năng duy trì các liên kết để tạo sự gắn kết.
Sức khỏe	Khả năng duy trì năng lượng và thực hiện các chức năng ở mức tối ưu
Khả năng cân bằng	Khả năng sắp xếp công việc, làm chủ áp lực và luôn sẵn sàng.
Thành tựu	Khả năng đạt được các mục tiêu có ý nghĩa
Sự hài lòng	Khả năng trân trọng cuộc sống và nỗ lực của người khác.

Trong nghiên cứu của mình, chúng tôi nhận thấy điểm số SEI có thể dự đoán 55-60% các yếu tố thành công. Với bạn, điều này có nghĩa là Kiểu Não bộ có thể đóng góp to lớn vào các Cơ hội và Giá trị của bạn. Vì vậy, có 2 câu hỏi chính cần quan tâm:

Kiểu Não bộ của bạn với các Giá trị sẵn có và Cơ hội của nó có thể làm suy yếu sự thành công của bạn như thế nào?

Bạn có thể tận dụng các thế mạnh của Kiểu Não bộ của mình để xây dựng các Giá trị sẵn có và Cơ hội cho mình như thế nào?

Các bước tiếp theo

Hãy sử dụng hướng dẫn này để tìm hiểu thêm về Kiểu Não bộ của mình. Sau đó, xem các lời khuyên ở các trang trước.

Bạn đã sẵn sàng đi tiếp chưa? Đây là 3 đề nghị sau cùng:

1 Tìm hiểu thêm về cảm xúc

6 giây - Mạng lưới Trí tuệ xúc cảm - có 1 website rất năng động với hàng trăm bài viết về cảm xúc và trí tuệ xúc cảm. Hãy bắt đầu đọc ngay từ bây giờ! www.6seconds.org/articles

2 Kết nối với Cộng đồng

Chúng tôi có các nhóm hoạt động trên Facebook và LinkedIn (cũng như tài khoản Twitter và kênh Youtube). Truy cập www.6seconds.org xem ở cuối trang. Hãy kết nối với chúng tôi!

3 Tìm hiểu sâu hơn.

Đặc điểm nhận dạng ngắn gọn về Não bộ là 1 trong số rất nhiều báo cáo hiện có của SEI. Dưới mỗi bảng đặc điểm là tên và email của 1 Nhà phân tích Trí tuệ xúc cảm để bạn có thể liên hệ tìm hiểu thêm. Hãy tham gia một khóa huấn luyện cho riêng bạn về báo cáo SEI chuyên sâu để nhận được các phản hồi dành cho riêng bạn cùng sự hỗ trợ để bạn tìm ra các bước tiếp theo của mình.

Ghi chú



Hướng dẫn Giải thích Ngắn gọn về Não bộ giới thiệu các Kiểu Não bộ và 8 kiểu Đặc điểm nhận dạng ngắn gọn về Não bộ.

Mô phỏng ngắn gọn về Não bộ là 1 phần của bộ Mô hình Trí tuệ cảm xúc 6 giây (SEI):

www.6seconds.org/tools/sei

Mô phỏng ngắn gọn về Não bộ là 1 phần của bộ Mô hình Trí tuệ cảm xúc 6 giây (SEI).

Để tìm hiểu rõ hơn về EQ, hãy trở thành *Nhà thẩm định EQ được chứng nhận* và truy cập các nguồn sau:

Báo cáo Nguồn lực SEI

Báo cáo Phát triển SEI

Báo cáo Kỹ năng lãnh đạo SEI

Hướng dẫn Phát triển lãnh đạo SEI

Báo cáo Nhóm/ Nhóm đối chiếu SEI

SEI Dành cho giới trẻ