

Смятам, че емоционалната интелигентност е основен фактор за нашето щастие и чувство на пълноценност. Тази теза се доказва за мен чрез личния ми опит и по-точно - чрез затрудненията, които успях да преодоляя, развивайки уменията на емоционалната интелигентност. Затова и не спирам да я изследвам.

Преди около четири години направих първите си крачки в измерението на тази нова осъзнатост и от тогава насам не спирам да уча, да попивам информация, да наблюдавам, да обменям опит, да опитвам техники, да проследявам резултатите и да помагам на тези около мен с наученото до момента.

За съжаление, емоционалната зрялост като тематика все още не получава вниманието, което заслужава да и отделим - нито в семейството, нито в училище, нито в разговорите помежду ни. От друга страна голяма част от нас изпитват нуждата да споделят емоциите си в сигурна среда, някъде където няма оценка и осъждане, а ги посрещат разбиране и любов. Несъзнателно усещах това дори преди да започна да се интересувам от ЕИ и подходът ми в общуването с хората около мен винаги е бил такъв. Вярвам, че самият процес на споделяне, признаване пред себе си и приемане е първата и основна стъпка на емоционалното израстване и на разбирането на себе си. Присъствието на коуча в този процес внася яснота, посока и увереност и скъсява неимоверно времето за достигане на определен резултат или просто на състояние на осъзнатост. Самата аз дълго време се борех с вътрешните си демони и страхове, но сега гордо и щастливо мога да заявя, че осъществих промяната, към която се стремях. И знам как успях да го постигна. Идентифицирах пречките, пробвах различни техники, философии и подходи и отсях тези, които работят. Четох, учих и обменях опит.

А сега с удоволствие споделям наученото с хора, които търсят себе си, но често се губят в бурята от събития, реакции и емоции; с тези, които искат да извадят наяве потенциала си; тези, които усещат, че са на прав път, но не знаят какво от всичко, което са пробвали е проработило; тези, които искат да комуникират по-ефективно с околните."