

# **Frumusetea gandirii nelimitate! The beauty of unlimited thinking!**





**Razonamiento emocional en educadores,  
pero también en escritores y poetas. ¿No  
somos todos miembros de las cohortes de  
creadores?**

**Gandirea emotionala la profesori dar si la  
scriitori - copii, tineri, adulți. Nu sintem  
toti membri ai acelor grupuri ?**

**Emotional reasoning in educators but also  
in writers and poets. Aren't we all  
members of the cohorts of creators?**

---

**Prof. Smaranda CAZAN-LIVESCU**

PhD studies Curriculum & Education  
Management, English & ESL Specialist

**[Worldprofm14@gmail.com](mailto:Worldprofm14@gmail.com)**

# Semne ale gândirii emotionale

- **Signs of emotional reasoning** include thoughts like:
  - a. **“I feel guilty, so I must have done something bad**
  - b. **” “I'm feeling inadequate, so I must be worthless”**
  - c. **“I feel afraid, so I must be in a dangerous situation.”**



- **Los signos de razonamiento emocional** incluyen pensamientos como:
  - a. **“Me siento culpable, así que debo haber hecho algo malo”**
  - b. **“Me siento inadecuado, así que debo ser un inútil”**
  - C. **“Siento miedo, así que debo estar en una situación peligrosa”.**
  -



# Why is emotional thinking important?

- In general, it is
  - + a positive force that motivates and deepens rational thought.
  - + The most important thing is recognizing when emotions are helping and when they're hurting.
- If we do that,
  - + we can develop strategies for managing them.
  - + It can help make you not only a better thinker, but also a better person.
- **¿Por qué es importante el pensamiento emocional?**
  - En general,
    - + es una fuerza positiva que motiva y profundiza el pensamiento racional.
  - Lo más importante es
    - + reconocer cuándo las emociones ayudan y cuándo duelen.
  - Si hacemos eso, podemos desarrollar estrategias para manejarlos.
  - Puede ayudarlo a convertirse no solo en un **mejor pensador**, sino también en **una mejor persona**.

# What causes emotional thinking?

- **Cognitive schemas** is one of the **factors** to cause emotional reasoning.
  - a. **Schema - how we look at this world and our real-life experiences.**
- **Schema helps us remember** the **important things** or **events** that happened in **our lives**
- **¿Qué causa el pensamiento emocional?**
  - **Los esquemas cognitivos son uno de los factores que provocan el razonamiento emocional.**
  - a. **Esquema: cómo vemos este mundo y nuestras experiencias de la vida real.**
  - b. **Schema nos ayuda a recordar las cosas o eventos importantes que sucedieron en nuestras vidas.**
  -

# Thinking can also involve suffering

## What are the five signs of emotional suffering?

- **Know the 5 signs of Emotional Suffering:**

- + **Personality changes** in a way that seems different for that person.
- + **Agitation or displaying anger, anxiety, or moodiness.**
- + **Withdrawal or isolation** from others.
- + **Poor self-care** and perhaps **engaging in risky behavior.**
- + **Hopelessness**, or feelings of being **overwhelmed** and **worthless.**

- **¿Cuáles son los cinco signos de emocional?**

- **Conoce los 5 signos del Sufrimiento Emocional:**

- + **Cambio de personalidad de una manera que parece diferente para esa persona.**
- + **Agitación o mostrar ira, ansiedad o mal humor.**
- + **Retraimiento o aislamiento de los demás.**
- + **Pobre autocuidado y tal vez involucrarse en comportamientos riesgosos.**
- + **Desesperanza, o sentimientos de estar abrumado y sin valor.**

-

# E.Q.

- **What about EMOTIONAL INTELLIGENCE ?**

- **Is emotional intelligence born or learned?**
  - a. Some people are **born with EQ.**
  - b. Others **can think of it as a skill set that needs to be acquired.**
  - c. **With practice, it's possible to develop or strengthen it.**

- **Y la INTELIGENCIA EMOCIONAL?**

- **¿La inteligencia emocional se nace o se aprende?**
- - a. **Algunas personas nacen con EQ.**
  - b. **Otros pueden pensar en ello como un conjunto de habilidades que deben adquirirse.**
  - c. **Con la práctica, es posible desarrollarlo o fortalecerlo.**



# Are you feeling burnout?

Well, I Will leave you with some thoughts:

•

- + Always **be happy** that we can still look at a patch of blue
- + **Listen to the sound of leaves rustling in the neighborhood**
- + **Prepare a good tea with lemon** that will leave its aroma on your fingers
- + **Listen to the music of your soul**

¿Te sientes agotado?

•

• Bueno, te dejo con algunas reflexiones:

•

- + **Siempre alégrate** de que todavía podemos mirar un parche de azul
- + **Escuche el sonido de las hojas crujiendo en el vecindario.**
- + **Prepara un buen té con limón** que dejará su aroma en tus dedos
- + **Escucha la música de tu alma**

•

**Time to say good by ... with Andreea**

**Bocelli!**

**Es hora de decir “*adiós*” con  
Andreea BOCELLI!**

[https://youtu.be/4L\\_yCwFD6Jo](https://youtu.be/4L_yCwFD6Jo)

