

**ĐỀ CHÍNH THỨC**

(Đề có 01 trang)

**Câu 1. (4,0 điểm)**

Đọc văn bản sau và thực hiện yêu cầu bên dưới.

**TRÍ TUỆ CẢM XÚC**

**1. Trí tuệ cảm xúc là gì?**

Trí tuệ cảm xúc (EQ- Emotional Quotient/Emotional Intelligence) hay trí tuệ xúc cảm là khả năng nhận dạng, kiểm soát và điều hướng cảm xúc theo hướng tích cực. Không chỉ kiểm soát tốt cảm xúc cá nhân, EQ còn bao hàm trong đó năng lực nhận biết cảm xúc của người khác (ví dụ: vui, buồn, tức giận...) để giao tiếp hiệu quả, đồng cảm hơn với mọi người.

**2. Người có trí tuệ cảm xúc là người như thế nào?**

Theo chuyên gia tâm lý học người Mỹ Daniel Goleman, biểu hiện của người có trí tuệ cảm xúc có thể nhận thấy qua 5 đặc điểm sau:

- Tự nhận thức (Self-awareness). Bạn biết rõ mình đang cảm thấy thế nào, đồng thời hiểu rằng cảm xúc và hành động của mình ảnh hưởng đến những người xung quanh ra sao.

- Biết kiềm chế bản thân (Self-regulation). Người có trí tuệ cảm xúc cao rất hiếm khi tấn công người khác bằng lời nói, đưa ra quyết định vội vàng, cảm tính, rập khuôn hoặc thoả hiệp với các giá trị của họ...

- Tự tạo động lực (Motivation). Người giàu trí tuệ cảm xúc luôn làm mọi việc cần thiết để hướng tới mục tiêu đề ra...

- Đồng cảm (Empathy). Sự đồng cảm là phẩm chất tối quan trọng trong quản lý đội nhóm. Khả năng thấu cảm sẽ giúp bạn biết đặt mình vào hoàn cảnh của người khác...

- Kỹ năng xã hội (Social skills). Trí tuệ cảm xúc là yêu cầu quan trọng trong giao tiếp. Người EQ cao luôn sẵn sàng lắng nghe, nhờ đến sự giúp đỡ của người khác.

**3. Trí tuệ cảm xúc- yếu tố quan trọng để thành công**

Hẳn bạn từng nghe nói: "Không phải người thông minh nhất mới là người thành công hoặc hạnh phúc nhất trong cuộc sống". Bạn có thể đã từng gặp những người học vấn xuất sắc nhưng lại yếu kém về mặt xã hội, thất bại trong công việc hoặc các mối quan hệ cá nhân.

Chỉ số thông minh (IQ) tự nó không đủ để mang lại thành công. Tuy chỉ số IQ có thể giúp bạn đạt được một số bước tiến quan trọng trong học tập và công việc, nhưng chính EQ mới thực sự khiến bạn kiểm soát căng thẳng và cảm xúc khi đối mặt với khó khăn thử thách. IQ và EQ tồn tại song song và cần được phát triển đồng đều với nhau.

(Theo <https://vncmd.com/chuyen-de/lanh-dao/tri-tue-cam-xuc/>)

a. Hãy xác định một lời dẫn trực tiếp có trong văn bản trên. Chuyển lời dẫn trực tiếp ấy sang cách dẫn gián tiếp. (1.0 điểm)

b. Nêu nội dung của văn bản trên. (1.0 điểm)

c. Theo tác giả, vì sao "Chỉ số thông minh (IQ) tự nó không đủ để mang lại thành công."? (0.5 điểm)

d. Trong 5 đặc điểm của người có trí tuệ cảm xúc, theo em, đặc điểm nào là quan trọng nhất? Vì sao? Trình bày phần trả lời của em trong khoảng 3-5 dòng. (1.5 điểm)

**Câu 2. (6,0 điểm)**

Có những lời nói, hành động tưởng chừng rất giản đơn nhưng có sức tác động sâu xa. Hãy kể câu chuyện về một lời nói hay một hành động em nhận được, đã làm thay đổi nhận thức, hành vi, giúp em trưởng thành.