

## **Emotional Balance: Emotional Intelligence as a Gateway to Professionalism in the Healthcare Sector**

Dr. Amany Mostafa Ibrahim

### **Abstract**

In the modern healthcare landscape, success in delivering effective care is attributed to several factors, foremost among them being emotional intelligence. Emotional intelligence is the ability to make emotions work for you rather than against you. It encompasses a set of skills that include self-awareness, self-management, social awareness, and relationship management. These skills play a crucial role in enhancing relationships among medical team members, reducing burnout levels, and improving the quality of care provided to patients.

The healthcare work environment is among the most demanding in terms of emotional skills, as doctors and nurses frequently encounter ongoing stress and fluctuating emotional situations. Emotional intelligence skills contribute to improving interactions between healthcare providers and their patients and families.

This article aims to present practical steps to enhance emotional intelligence skills among healthcare professionals, helping to reduce burnout and improve workplace performance. This involves the ability to identify and understand one's emotions and how they influence thoughts and actions, as well as managing emotions in a way that enables task completion and goal achievement. Social awareness entails recognizing others' emotions and understanding how they affect their behavior, while relationship management involves maximizing the effectiveness of interactions with others.

### **Conclusion**

Emotional intelligence helps enhance communication skills among medical team members. Individuals with high emotional intelligence are better able to express their emotions and advocate for patients' needs, leading to improved communication and greater efficiency. Emotional intelligence also helps healthcare workers cope with the psychological pressures associated with their profession. Those with strong emotional skills can recognize and manage their emotions effectively, reducing the likelihood of burnout.

The emotional intelligence levels of healthcare professionals directly impact patient experiences. Empathy and emotional understanding foster a sense of security among patients, contributing to improved treatment outcomes. Additionally, emotional intelligence equips healthcare leaders with the ability to motivate their teams, enhancing leadership effectiveness and increasing staff motivation. Furthermore, it enables doctors and nurses to think clearly under pressure, allowing them to make decisions based on patients' emotions and needs.

### الملخص العربي

#### توازن المشاعر: الذكاء العاطفي بوابة الاحتراف في القطاع الطبي

د/ أماني مصطفى إبراهيم

في عالم الرعاية الصحية الحديثة، يُعزى النجاح في تقديم رعاية فعالة إلى مجموعة من العوامل، أبرزها الذكاء العاطفي. يُعتبر الذكاء العاطفي هو القدرة على جعل المشاعر تعمل لصالحك بدلاً من أن تعمل ضدك وهو يمثل مجموعة من المهارات التي تتضمن القدرة على الوعي الذاتي وإدارة الذات والوعي الاجتماعي وإدارة العلاقات. تلعب هذه المهارات دوراً مهماً في تحسين العلاقات بين أعضاء الفريق الطبي، وتقليل مستوى الاحتراق النفسي، وتعزيز جودة الرعاية المقدمة للمرضى. حيث تعتبر بيئة العمل في الرعاية الصحية من أكثر البيئات احتياجاً للمهارات العاطفية، حيث يتعامل الأطباء والممرضون مع ضغوط مستمرة ومواقف عاطفية متغيرة. تسهم مهارات الذكاء العاطفي في تحسين تفاعلات الأطباء والممرضين مع المرضى وعائلاتهم.

وتهدف المقالة الحالية الى تقديم خطوات عملية لتحسين مهارات الذكاء العاطفي لمقدمي الرعاية الطبية للمساهمة في تقليل الشعور بالاحتراق النفسي وتحسين جودة الاداء في العمل. وذلك من خلال القدرة على تحديد وفهم مشاعرهم وكيفية تأثيرها في افكارهم وافعالهم، وكذلك القدرة على إدارة المشاعر بطريقة تسمح لك بإنجاز مهمة، او الوصول إلى هدف ما، اما الوعي الاجتماعي فيمثل القدرة على إدراك مشاعر الآخرين وكيف تؤثر في سلوكياتهم، وإدارة العلاقات تتمثل في القدرة على تحقيق أقصى استفادة من تواصلك مع الآخرين.

#### الخلاصة:

يُساعد الذكاء العاطفي في تعزيز مهارات التواصل بين أعضاء الفريق الطبي. الأفراد الذين يتمتعون بمستوى عالٍ من الذكاء العاطفي هم أكثر قدرة على التعبير عن مشاعرهم والدفاع عن احتياجات المرضى، مما يؤدي إلى تواصل أفضل وفعالية أعلى. كما يساعد الذكاء العاطفي الأعضاء في التعامل مع الضغوط النفسية المرتبطة بالعمل في الرعاية الصحية. يمكن للعاملين الذين يمتلكون مهارات عاطفية جيدة التعرف على مشاعرهم وإدارتها بشكل فعال، مما يقلل من احتمالية الاحتراق النفسي. ومستوى الذكاء العاطفي لأعضاء فريق الرعاية الصحية يؤثر بشكل مباشر على تجربة المرضى. فالتعاطف والفهم العاطفي يعززان من الشعور بالأمان للمرضى، مما يساهم في تحسين نتائج العلاج. ويكسب الذكاء العاطفي القادة في مجال الرعاية الصحية القدرة على تحفيز فرقهم، مما يعزز من فعالية القيادة ويزيد من تحفيز العاملين. ويساعد الذكاء العاطفي الأطباء والممرضين في التفكير بوضوح تحت الضغط، مما يمكنهم من اتخاذ قرارات مستندة إلى مشاعر المرضى واحتياجاتهم.