

## Stellingen behorende bij het proefschrift

# Self- and Other-Focused Emotional Intelligence

Keri A. Pekaar

1. Het gebruik van emotionele intelligentie varieert van moment tot moment.  
*(dit proefschrift)*
2. Emoties moeten eerst worden herkend voordat ze gereguleerd kunnen worden.  
*(dit proefschrift)*
3. Het reguleren van de eigen emoties verbetert het welzijn; het reguleren van de emoties van anderen verbetert de werkprestatie. *(dit proefschrift)*
4. Het reguleren van emoties brengt fysiologische kosten met zich mee.  
*(dit proefschrift)*
5. Pas wanneer een persoon goed met de eigen emoties om kan gaan, kan hij of zij ook goed omgaan met de emoties van anderen. *(dit proefschrift)*
6. Gevoelig zijn voor emoties is zowel een kracht als een valkuil.
7. En dan lach je – omdat dat jouw manier van huilen is – dus lach ik met je mee.  
*(Maaike Ouboter)*
8. Werknemers die meer emoties laten zien zijn meer zichzelf.
9. Het controleren voor persoonlijkheid in het onderzoek naar emotionele intelligentie verwijdert betekenisvolle variantie *(van der Linden, Pekaar, Bakker, Schermer, Vernon, Dunkel, & Petrides, 2017)*.
10. Foto's maken autobiografische herinneringen mooier omdat ze niet alleen vastleggen wat je ziet, maar ook wat je voelt *(Dijkstra, Pekaar, Hooftman, & van Osch, 2019)*.
11. De wind achterna reizen met een kite is een goede manier om te herstellen van het werk.