

Inteligência Emocional

O fator de diferenciação da liderança

Andréia Ferreira

24-27 ABR

TAUÁ RESORT & CONVENTION ATIBAIA



32^o
CONGRESSO
FEHOSP

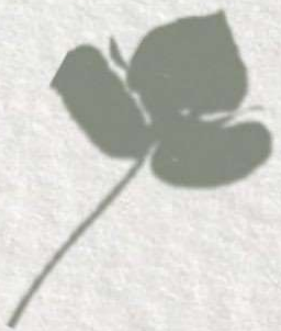
**SAÚDE
FILANTRÓPICA:**

ASSUMINDO PAPEL DE PROTAGONISTA,
CONSTRUINDO NOVAS POLÍTICAS

Inteligência:

Faculdade de conhecer, compreender e aprender.

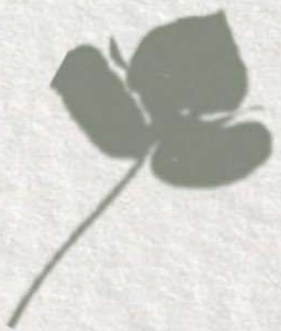
Capacidade de resolver novos problemas e conflitos e de adaptar-se a novas situações.



Emocional:

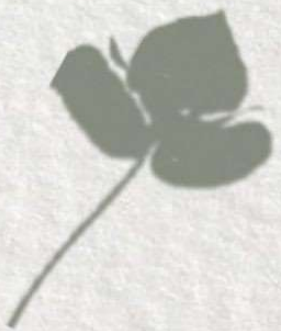
Em que há transtorno afetivo, forte abalo sentimental.

Que provoca comoção; que desperta sentimentos intensos.

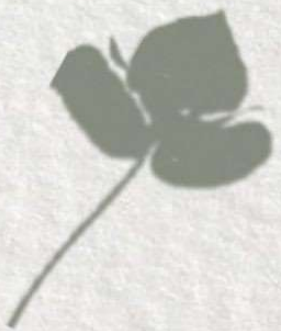


Inteligência Emocional (IE):

É uma área de estudo dentro da psicologia que examina a capacidade humana de lidar com as próprias emoções.



São essas **emoções** que guiam as decisões que tomamos e a forma como passamos pelos desafios diários.





História



Propósito

História



Visão

Propósito

História



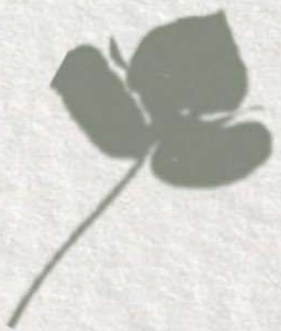
A close-up photograph of a hand holding a small, light-colored seed between the thumb and index finger. The hand is positioned on the right side of the frame. The background is a dark, rich soil surface. Several other similar seeds are scattered across the soil, some in focus and some blurred. The lighting is soft, highlighting the texture of the soil and the skin of the hand.

Qual a tua semente?

Pensamentos



Sentimento



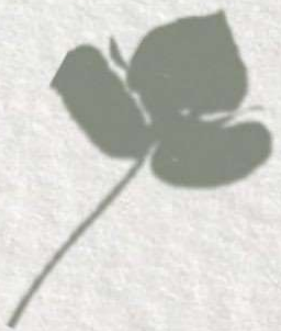
Pensamentos



Sentimento



Emoção



Pensamentos



Sentimento



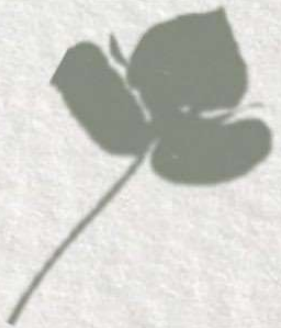
Emoção

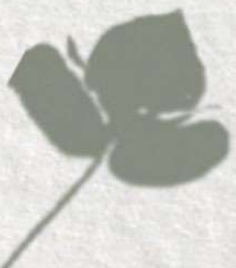
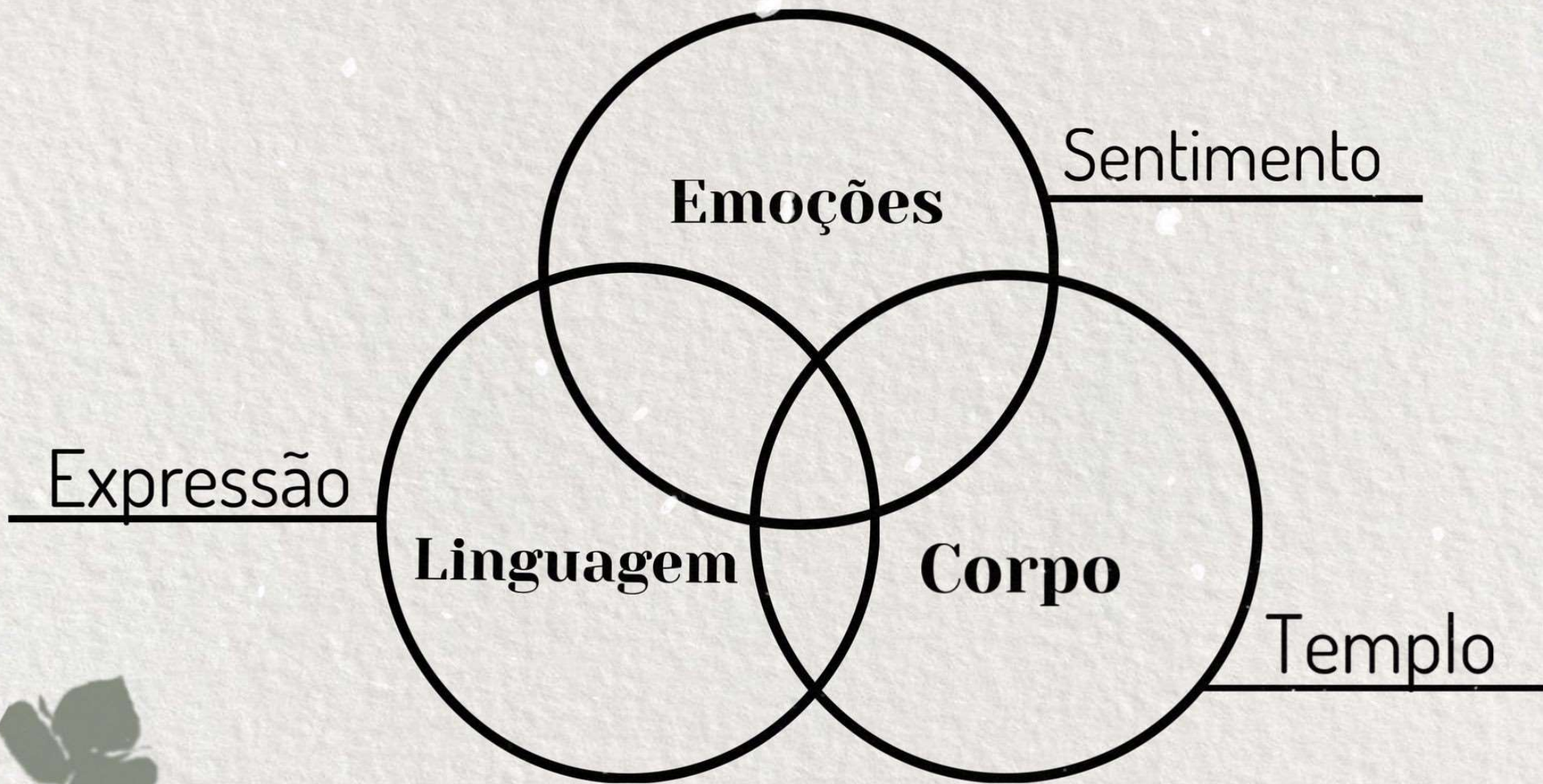


Ação



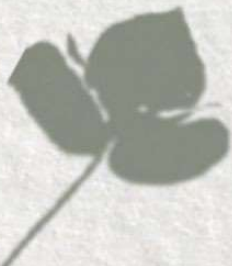
Reação





Emoção + linguagem + corpo:

Reflete a nossa natureza



Níveis Neurológicos



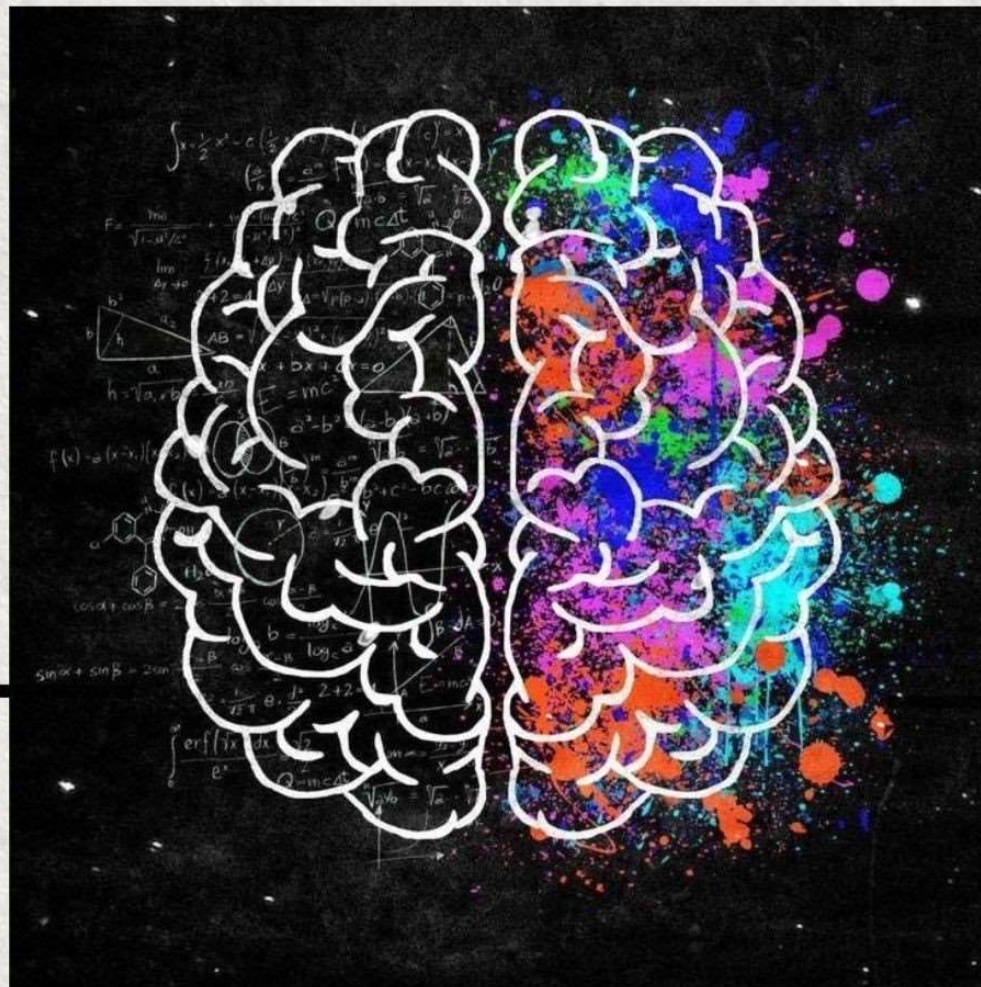
Daniel Goleman,

A principal referência sobre IE cita a
existência de duas mentes:

Racional e Emocional

RACIONAL

Quociente de
informação



EMOCIONAL

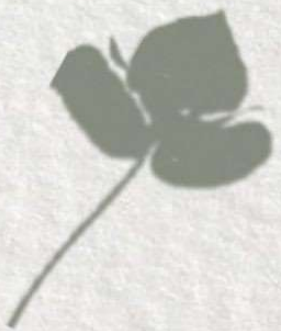
Quociente
Emocional

Pessoas bem sucedidas

QE é mais importante do que o QI.

Ao passo que o QI se desenvolve, o QE precisa de estímulos diferentes.

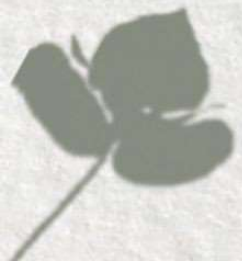
**Como desenvolver
a IE na prática ?**



1. Autoconsciência

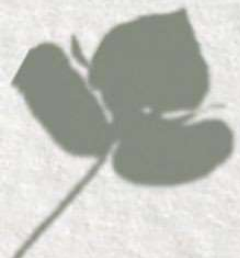
Conhecer a si mesmo.

Em situações de estresse,
quais são as sensações causadas
e como sua mente e corpo reagem a elas?



2. Controle das emoções

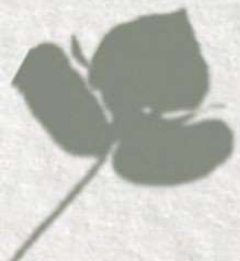
Depois de reconhecer as emoções
você tem habilidades para controlá-
los?



3. Automotivação

Processo interno.

Busca pelo alinhamento dos
sentimentos com as suas metas
pessoais.



4. Empatia

Reconhecer a emoção do outro.
Buscar entender o porquê
de seus comportamentos.



5. Relacionar-se interpessoalmente

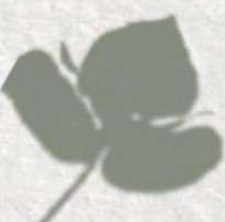
Sempre precisaremos do outro.
Somos parte de um organismo
maior. O organismo social.



Sigamos conectados!

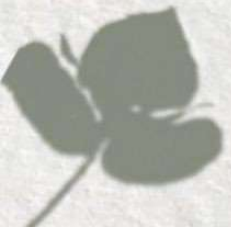


@souandreaferreira



**“Cada um de nós tem a
oportunidade de SER o líder que
desejamos TER.”**

Simon Sinec



Gratidão!

Andréia Ferreira



32^o
CONGRESSO
FEHOSP

**SAÚDE
FILANTRÓPICA:**

ASSUMINDO PAPEL DE PROTAGONISTA,
CONSTRUINDO NOVAS POLÍTICAS