



INTELIGÊNCIA
EMOCIONAL
PARA OS
NEGÓCIOS



QUEM SOU EU?



Angela Farias

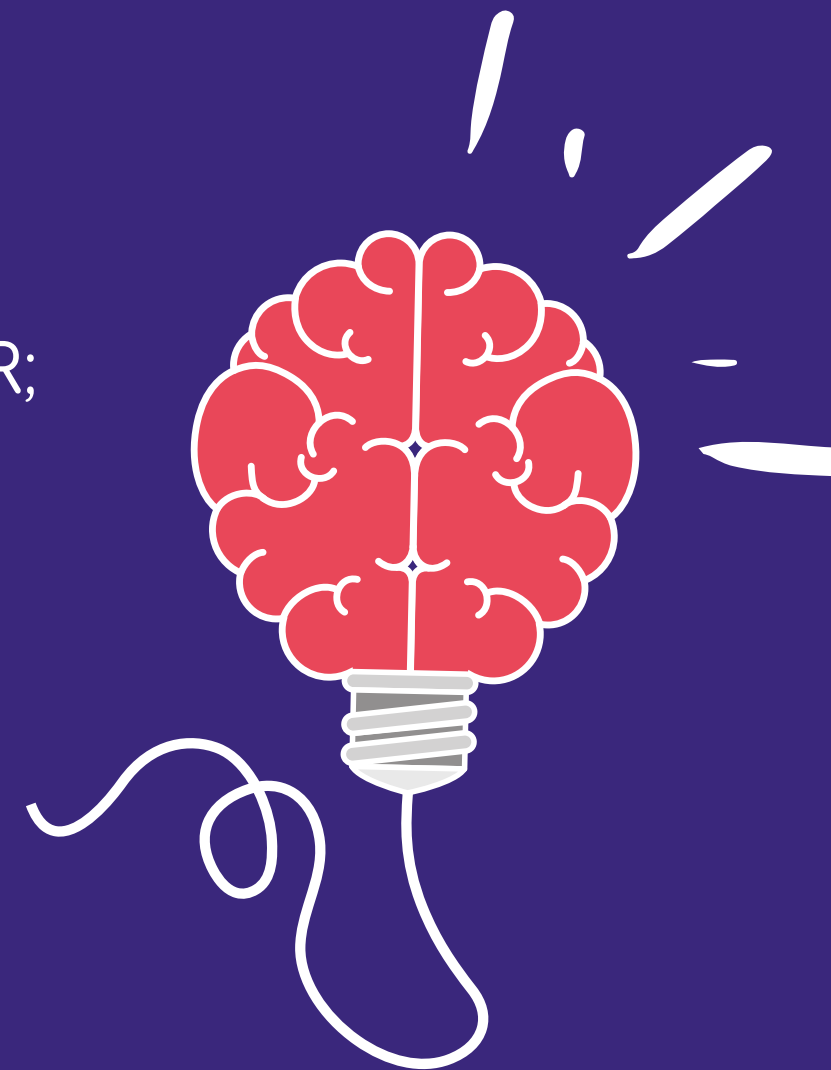
Consultora de Negócios SEBRAE

angelacof@sebraesp.com.br

(11) 3385 2429

ESSA PALESTRA NÃO É...

- NÃO É UMA RECEITA PRONTA DO QUE VOCÊ TEM QUE FAZER;
- NÃO É UMA FERRAMENTA PARA QUE VOCÊ SEJA A PESSOA MAIS TRANQUILA DO MUNDO;
- NÃO É UMA SESSÃO DE TERAPIA.



COMPETÊNCIAS

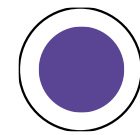
Reconhecer as
suas emoções

Identificar e
analisar suas
atitudes

Dicas práticas com
foco no aprimoramento
de suas competências
emocionais.

"NOVO CENÁRIO"

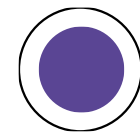
REPENSAR



Modelos de negócios devem ser repensados para responder de forma mais **ágil** ainda às necessidades e expectativas dos clientes;

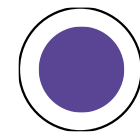
"NOVO CENÁRIO"

REPENSAR



Modelos de negócios devem ser repensados para responder de forma mais ágil ainda às necessidades e expectativas dos clientes;

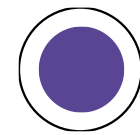
NOVAS ROTINAS



Novas rotinas mudaram radicalmente os **hábitos de consumo** de forma geral, tornando muitos serviços e produtos incompatíveis neste cenário;

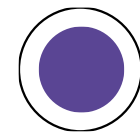
"NOVO CENÁRIO"

REPENSAR



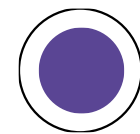
Modelos de negócios devem ser repensados para responder de forma mais ágil ainda às necessidades e expectativas dos clientes;

NOVAS ROTINAS



Novas rotinas mudaram radicalmente os hábitos de consumo de forma geral, tornando muitos serviços e produtos incompatíveis neste cenário;

HABILIDADES
SOCIAIS



Ênfase nas **habilidades sociais como empatia, comunicação e colaboração** serão cada vez mais necessárias.

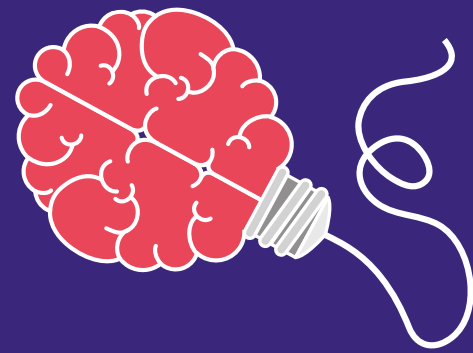
GESTÃO DA EMOÇÃO

NOS
NEGÓCIOS

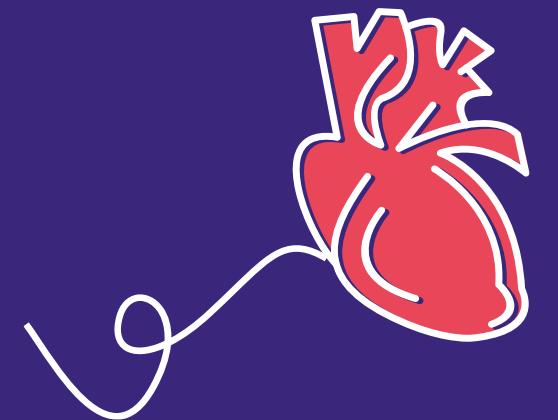


SEI!
SEBRAE
JÁ!

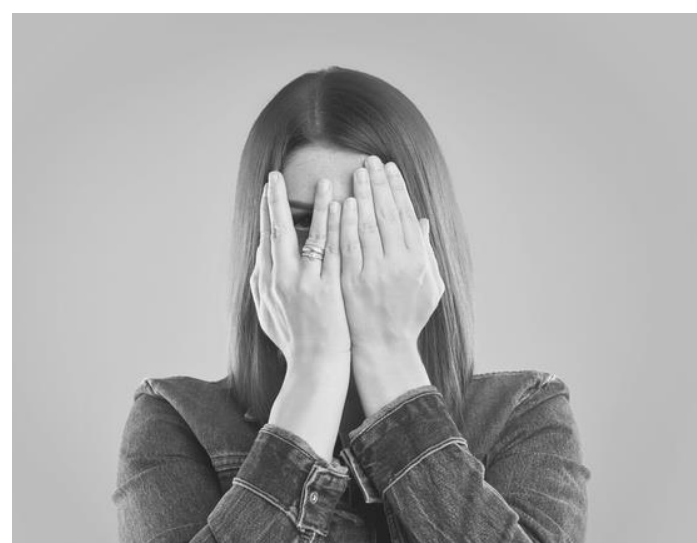
FALAR DE NEGÓCIOS É
FALAR DE PESSOAS, PORTANTO É
TAMBÉM FALAR DE



SENTIMENTOS



POR TRÁS DE TODA GESTÃO, HÁ PESSOAS COM EMOÇÕES...



MEDO

Mecanismo de proteção contra perigos reais ou criados pelo inconsciente;



ALEGRIA

Está associada de forma direta com o prazer e a felicidade, e é um dos sistemas que o corpo tem para incentivar a ação



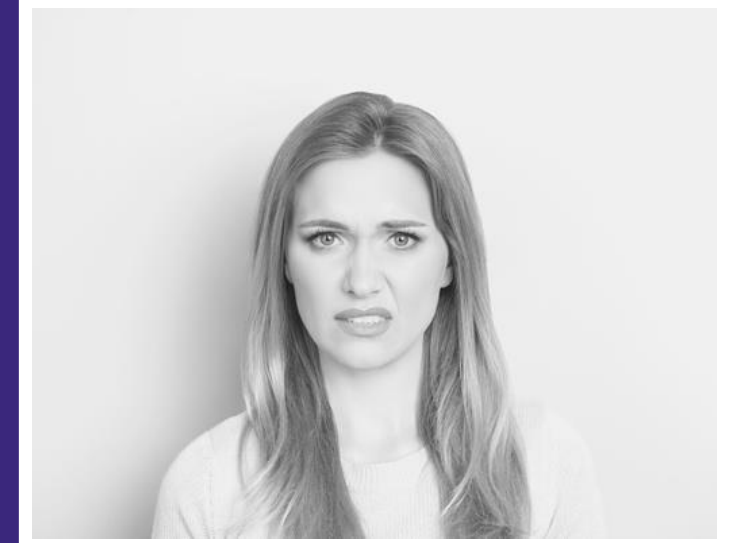
TRISTEZA

É a queda de ânimo, uma maneira de economizar energia, poupar recursos quando o mundo não está favorável e mostrar aos outros que não estamos bem.



RAIVA

Emoção que emerge quando a pessoa se vê submetida a situações hostis ou que causam frustração.



NOJO

Diante de uma situação, imaginária ou real, ocorre uma sensação de repulsa.


INTELIGÊNCIA EMOCIONAL É?





Inteligência Emocional é:

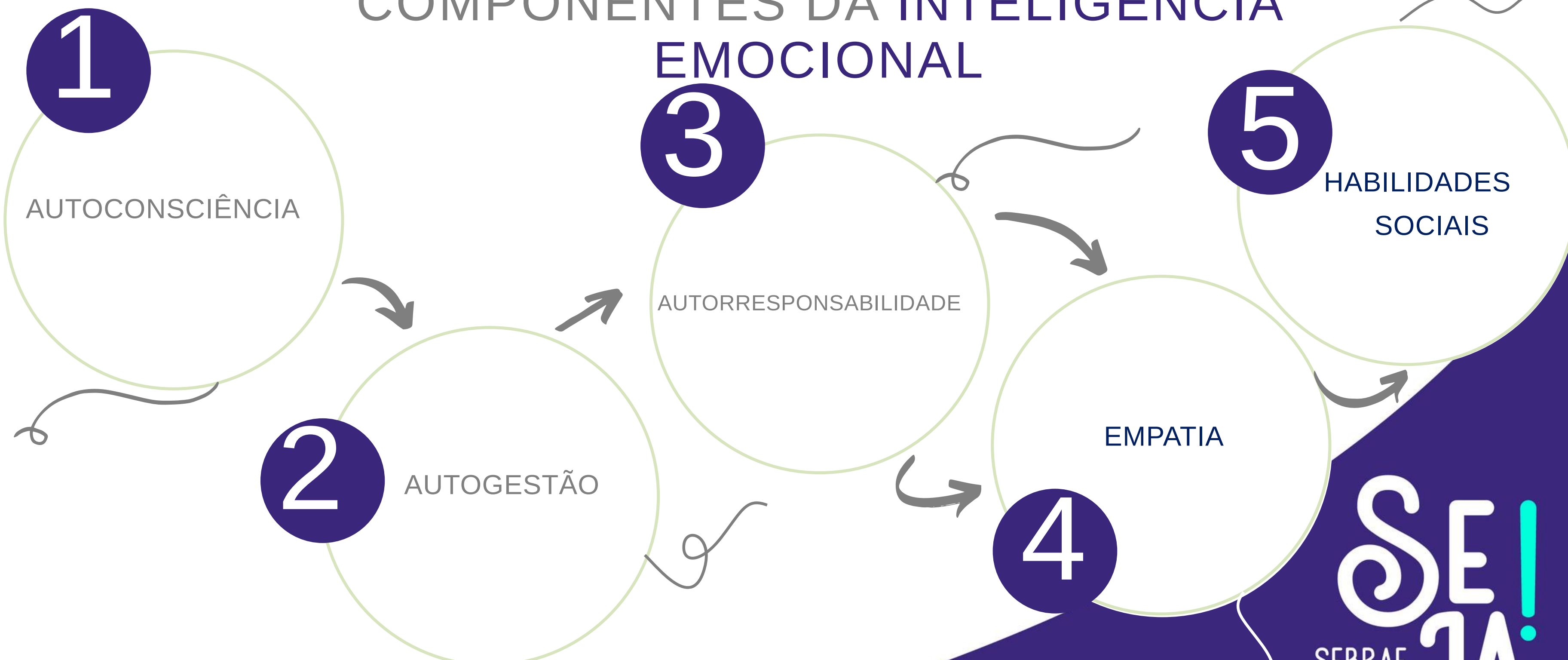
"A CAPACIDADE DE IDENTIFICAR OS NOSSOS PRÓPRIOS **SENTIMENTOS** E DOS OUTROS, DE NOS MOTIVARMOS E DE GERIR BEM AS **EMOÇÕES** DENTRO DE NÓS E NOS NOSSOS RELACIONAMENTOS"



Daniel Goleman



COMPONENTES DA INTELIGÊNCIA EMOCIONAL



SEBRAE
**SE!
JÁ!**

VOCÊ É SEU MAIOR NEGÓCIO

Inscrições abertas para o
Empretec no estado de
São Paulo

INSCREVA-SE



O QUE É

O EMPRETEC?

O Empretec é o principal programa de formação de empreendedores do mundo, um seminário intensivo criado pela **Organização das Nações Unidas (ONU)**, promovido em 40 países e exclusivo do **Sebrae no Brasil**.



6 DIAS
DE IMERSÃO



60 HORAS
DE CAPACITAÇÃO



+12 MIL
SEMINÁRIOS
REALIZADOS



40 PAÍSES
JÁ REALIZARAM



VEJA COMO FUNCIONA



01



Pré-inscrição

Realize aqui no site:

[CONFIRA A AGENDA](#)

02



Entrevista

As entrevistas são realizadas por um sistema de Inteligência Artificial

03



Pagamento

O investimento total é de R\$2.090,00 (Empretec Tradicional) e R\$1.050,00 (Empretec Rural), que pode ser parcelado em até 10 vezes no cartão de crédito

04



Seminário

Imersão de seis dias, totalizando 60 horas de capacitação

05



Formação

Você é um Empreteco e está pronto para o sucesso!

06



WS21

Realização de um workshop de 21 dias para orientação de resultados

COMPONENTES DA INTELIGÊNCIA EMOCIONAL

AUTO CONSC CIÊNCIA

Capacidade de
reconhecer as próprias
emoções

COMPONENTES DA INTELIGÊNCIA EMOCIONAL

AUTO GESTÃO

Capacidade de lidar
com as próprias
emoções



COMPONENTES DA INTELIGÊNCIA EMOCIONAL

AUTO RESPON SABILIDADE

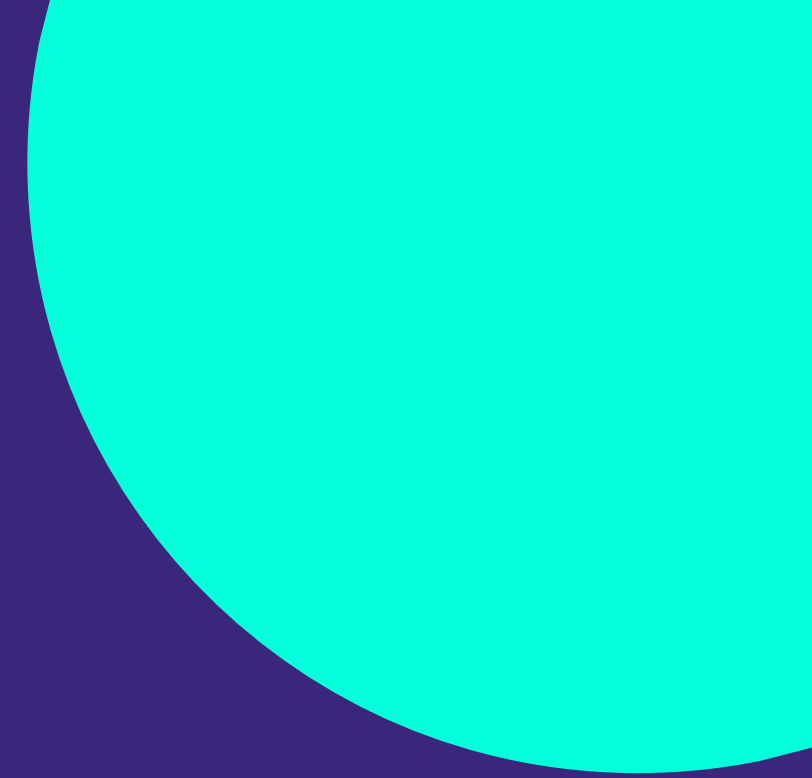
Capacidade de ler contextos e
saber o que é o seu e o que é do
outro



COMPONENTES DA INTELIGÊNCIA EMOCIONAL

EMPA TIA

Capacidade de enxergar as
situações pela perspectiva do
outro



COMPONENTES DA INTELIGÊNCIA EMOCIONAL

HABILIDADES SOCIAIS

Conjunto de capacidades envolvidas na interação social



MÓDULO I - JORNADA PESSOAL DO(A) LÍDER

1. Inteligência emocional: um caminho possível
2. Construindo minha bússola: Valores e propósitos
3. Perfil comportamental: por que analisar?
4. Líder, qual o valor do seu tempo?
5. Plano de Desenvolvimento Individual (PDI)

MÓDULO II - JORNADA DO(A) LÍDER COM SUA EQUIPE

1. Como ser o(a) líder de que a sua equipe precisa?
2. Caminhos para a delegação
3. Transformando conflitos em oportunidades por meio da comunicação não violenta
4. Team Canvas – alinhando a equipe, gerando conexão

MÓDULO III - JORNADA DO(A) LÍDER ESTRATÉGICO(A) COM FOCO EM RESULTADOS

1. Definindo metas e indicadores alinhados ao propósito
2. Como conduzir um feedback com sucesso
3. Motivação 3.0
4. Canvas de apoio para decisões em equipe

#descubraosegreto

SEJA UMA LIDERANÇA INSPIRADORA

Aprimorar competências
pessoais e de gestão para
a liderança de alto impacto





CARGA HORÁRIA:

31 horas
Presencial + Online

INVESTIMENTO:

Em até 10x de R\$ 99

PÚBLICO-ALVO:

Líderes (empresários ou coordenadores/gerentes de equipes)

#descubraosegredo

SEJA UMA LIDERANÇA INSPIRADORA

Aprimorar competências pessoais e de gestão para a liderança de alto impacto



SWOT PESSOAL/ FOFA

Meça suas forças e fraquezas para melhorar ou superar dificuldades



SWOT PESSOAL/ FOFA

Meça suas forças e fraquezas para melhorar ou superar dificuldades



Quais são seus talentos, dons e habilidades?



Quais aspectos do seu comportamento e relacionamento social que precisa mudar ou pode melhorar?



Quais novas habilidades ou competências pode desenvolver para transformar significativamente sua conduta?



Quais fatores externos podem impedir ou atrapalhar suas ações e o alcance de objetivos?

TUDO O QUE VOCÊ
PROCURA
PODE ESTAR
A UM PASSO DA SUA
ZONA DE
CONFORTO
PROSSIGA, CONTINUE
A CRESCER



ZONA DE CONFORTO

◦ sentimento de segurança e controle

TUDO O QUE VOCÊ
PROCURA
PODE ESTAR
A UM PASSO DA SUA
ZONA DE
CONFORTO
PROSSIGA, CONTINUE
A CRESCER



ZONA DE MEDO

- falta autoconfiança
- achando desculpas
- ser afetado pela opinião alheia

ZONA DE CONFORTO

- sentimento de segurança e controle

TUDO O QUE VOCÊ
PROCURA
PODE ESTAR
A UM PASSO DA SUA
**ZONA DE
CONFORTO**
PROSSIGA, CONTINUE
A CRESCER



ZONA DE APRENDIZADO

- Lidando com desafios e os problemas
- Adquirindo novas habilidades
- Entendendo sua zona de conforto

ZONA DE MEDO

- falta autoconfiança
- achando desculpas
- ser afetado pela opinião alheia

ZONA DE CONFORTO

- sentimento de segurança e controle

TUDO O QUE VOCÊ
PROCURA
PODE ESTAR
A UM PASSO DA SUA
**ZONA DE
CONFORTO**
PROSSIGA, CONTINUE
A CRESCER



ZONA DE CRESCIMENTO

- Encontrando propósito
- Realizando sonhos
- Buscando novas metas
- Conquistando objetivos

ZONA DE APRENDIZADO

- Lidando com desafios e os problemas
- Adquirindo novas habilidades
- Entendendo sua zona de conforto

ZONA DE MEDO

- falta autoconfiança
- achando desculpas
- ser afetado pela opinião alheia

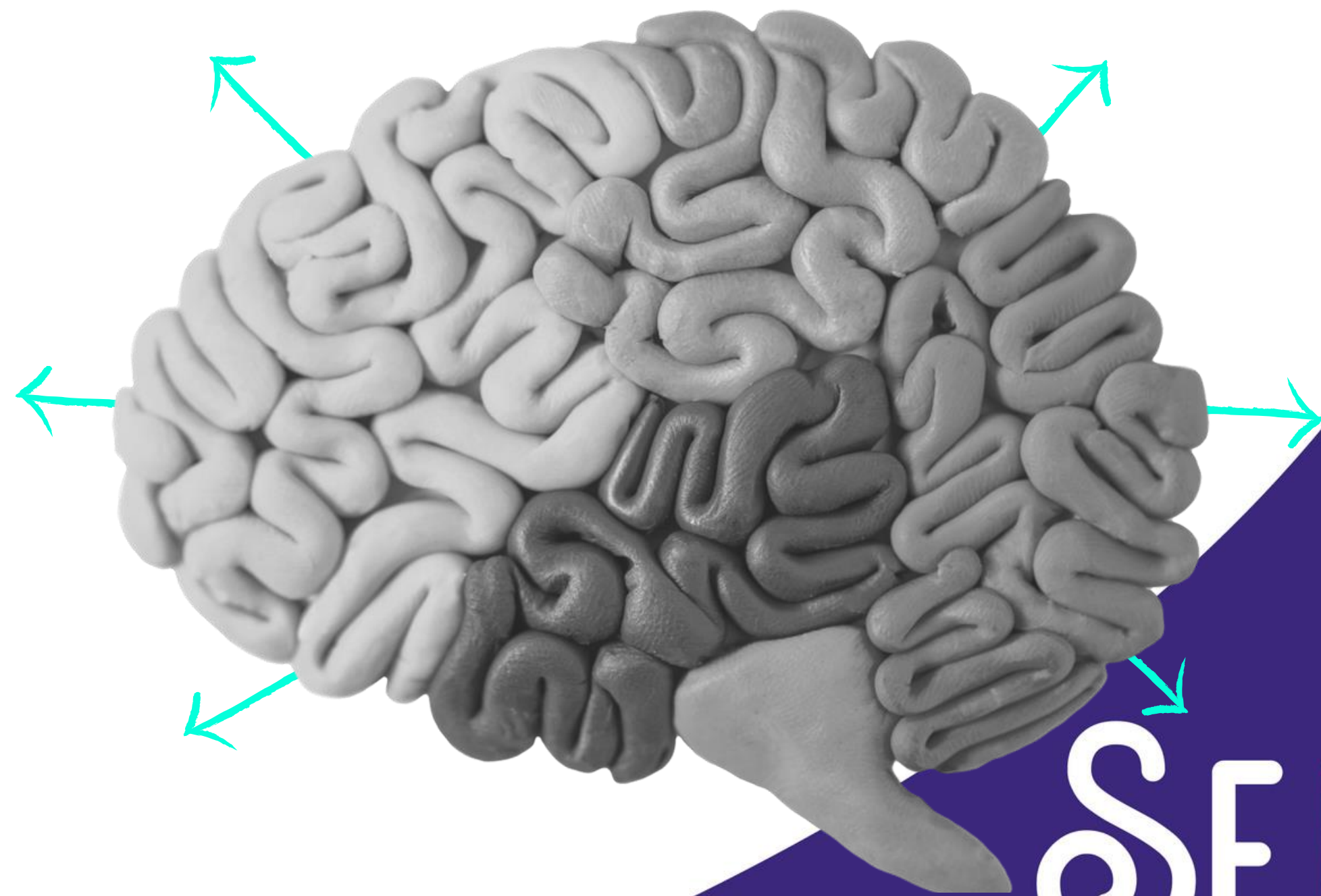
ZONA DE CONFORTO

- sentimento de segurança e controle



EXISTEM ALGUMAS **COMPETÊNCIAS**
ESSENCIAIS NOS **NEGÓCIOS** E QUE PODEM
SER CONQUISTADAS ATRAVÉS DA
INTELIGÊNCIA EMOCIONAL
VAMOS CONHECÊ-LAS?

A **ADAPTABILIDADE**
É A HABILIDADE DE LER O
CONTEXTO RAPIDAMENTE
SE ADAPTAR ÀS NOVAS
REALIDADES
Fazer o que precisa ser feito



SEI!
SEBRAE **JA!**

O **EQUILÍBRIO EMOCIONAL**
É A HABILIDADE DE ANALISAR AS
EMOÇÕES E O SIGNIFICADO DE
CADA UMA DELAS PARA SE
POSICIONAR DE FORMA

CONSCIENTE

Não tomar como pessoal situações que não
dizem respeito à você.



SEI!
SEBRAE **JA!**

RESOLUÇÃO DE PROBLEMAS

É A HABILIDADE DE LER O PROBLEMA
SEM ENVOLVIMENTO

EMOCIONAL

ENTENDER SUA
RESPONSABILIDADE NA
SITUAÇÃO E QUE É POSSÍVEL
FAZER DIFERENTE



SEI!
SEBRAE
JÁ!

A EMPATIA

OU PROMOVER UM

AMBIENTE EMPÁTICO

É A HABILIDADE DE LER O OUTRO E SUAS NECESSIDADES, ESCUTAR ATIVAMENTE E SE POSICIONAR COMO O OUTRO ESPERA QUE VOCÊ SE POSICIONE ENTENDENDO OS SEUS LIMITES



A **NEGOCIAÇÃO**

É A HABILIDADE DE ENTENDER
AS SUAS NECESSIDADES E
SABER FAZER PEDIDOS

EFICIENTES

SE MANTER FIRME DIANTE DE
UMA NEGOCIAÇÃO COM A
CLAREZA DOS SEUS
OBJETIVOS



A COMUNICAÇÃO NÃO VIOLENTA

É UMA DAS FERRAMENTAS MAIS
PODEROSAS PARA TREINAR SER MAIS
INTELIGENTE EMOCIONALMENTE



A COMUNICAÇÃO NÃO VIOLENTA

É UMA DAS FERRAMENTAS MAIS
PODEROSAS PARA TREINAR SER MAIS
INTELIGENTE EMOCIONALMENTE

1- OBSERVAÇÃO: OBSERVAR SEM
JULGAR- O QUE ACONTECEU?

2- SENTIMENTO: ENTENDER O QUE
SENTI- COMO EU ME SENTI?

3- NECESSIDADE: ANALISAR O QUE
ME FALTA- QUAL A MINHA
NECESSIDADE?

4- PEDIDO: FORMULAR
O QUE EU QUERO- O QUE EU
ESPERO DO OUTRO?



REFLITA!

IMPORTANTE estar bem consciente disso para saber o que está dentro da sua zona de controle e o que **NÃO ESTÁ**

Podemos controlar os fatos?

Podemos não sentir emoções?

Podemos gerenciar nossas ações?



PARA ADQUIRIR
INTELIGÊN
EMOCIO
VOCÊ PRECISA
TREINAR

MAS TEM QUE SER UM TREINO
EMPREENDEDOR!!!



AGRADECEMOS
SUCESSO!



*Serviço Brasileiro de Apoio às
Micro e Pequenas Empresas*

0800 570 0800 / www.sebraesp.com.br

SEI!
SEBRAE
JÁ!