

Quais as habilidades e competências necessárias para se lidar com os desafios no desempenho do papel do Gerente de Organização Escolar?


Inteligência Emocional



Afinal, o que buscamos?

Por que não ser feliz?

Inteligência Emocional



O que é isso?

Inteligência Emocional

“...A inteligência emocional está envolvida na capacidade de perceber emoções, assimilá-las com base nos sentimentos, avaliá-las e gerenciá-las.”

(Mayer, Caruso & Salovey, 2000, p. 267)

Dinâmica: o que eu recebo, o que eu transmito



- Quais imagens tenho escolhido apreciar? O que mais meus olhos têm visualizado? Como está o meu olhar?
- O que tem saído de minha boca? Como está minha comunicação? O que mais tenho repetido? Qual tem sido meu assunto mais recorrente?
- Como está meu coração? Tenho contribuído para seu bem-estar?
- Quais pensamentos têm sido mais frequentes?
- Quais frases, palavras, têm chegado aos meus ouvidos? Tenho ouvido queixas? Palavras de carinho? Elogios?
- Meus braços e mãos têm sido usados para afagar? Afastar? Agredir? Produzir? Surpreender?
- Quais caminhos tenho percorrido? Por onde tenho escolhido caminhar? Quais minhas escolhas?

Temos quatro aspectos relacionados ao conceito de Inteligência Emocional



Perceber as Emoções

- Capacidade de identificar suas próprias emoções e expressá-las.
- Capacidade de avaliar a autenticidade de uma expressão emocional.

Uso das Emoções para Facilitar o Pensamento


- Utilização da emoção como um sistema de alerta.

Conhecimento Emocional

- Capacidade de identificar as diferenças e nuances entre as emoções.

Gerenciamento das Emoções

- Capacidade de refletir, controladamente, sobre as emoções com vistas à promoção do crescimento emocional.



Gerenciamento das Emoções


- Capacidade de monitorar as reações dos outros a partir da observação de como seu comportamento os afeta.

Inteligência Emocional pode ser dividida em:

- Inteligência Intrapessoal
- Inteligência Interpessoal

Inteligência Intrapessoal

- É a habilidade de reconhecer as próprias emoções.




A Inteligência Intrapessoal é imprescindível nas decisões pessoais.

Inteligência Intrapessoal
Aspectos principais:

- 1. Autoconhecimento emocional.
- 2. Controle emocional.
- 3. Automotivação.


Inteligência Interpessoal

- Emprega capacidades centrais para reconhecer e fazer distinções entre os sentimentos, as crenças e as intenções dos outros.



Aspectos da Inteligência Interpessoal:

- 1. Habilidade em relacionamentos interpessoais.
- 2. Organização de grupos.



Aspectos da Inteligência Interpessoal:

- 3. Negociação na solução de problemas.
- 4. Exercer a empatia.
- 5. Sensibilidade social.

As principais habilidades relacionadas à Inteligência Emocional

Autocontrole

Habilidade de controlar impulsos e humores perturbadores.

Evita julgamentos, favorecendo um clima de confiança.

➔

Autoconsciência

Habilidade em reconhecer e compreender suas emoções. Representação de si mesmo.


Autoconfiança. Conhecimento dos pontos fortes e a desenvolver.

➔

Motivação

Propensão a perseguir metas e objetivos com energia e persistência independente das circunstâncias.


Comprometimento. Contagia seus pares positivamente.



Empatia

Ser capaz de compreender emocionalmente o outro e de se identificar com ele.


Constrói pontes. Humaniza as relações.



Habilidade Social


Destreza em conectar pessoas e manejar relacionamentos de forma construtiva.

Bom humor. Clima harmônico.



.....

- A primeira das competências emocionais é o autoconhecimento, um processo de autogestão que contribui para a percepção de suas deficiências e virtudes.



Dinâmica:
Vírus do comportamento


.....

- Algumas crenças e comportamentos assimilados no decorrer da vida dificultam a percepção individual quanto ao aprimoramento das competências comportamentais. Seus impactos para o indivíduo e a sociedade merecem atenção.

Os acontecimentos de nossa história pessoal, não apenas contribuem para nos moldar. Eles são capazes de nos revelar.


.....

Como desenvolver a Inteligência Emocional?




- Atenda ao princípio do "Conheça-te a ti mesmo".

- Joseph Luft e Harry Ingham desenvolveram um modelo, já clássico, a respeito do autoconhecimento – a famosa "Janela Johari", representando áreas da personalidade.




Janela de Johari

- As pessoas têm apenas uma ideia imprecisa de como se comportam; afinal, não se atua na frente de um espelho e nem se dispõe de feedbacks contínuos.




Janela de Johari

- Solicitar feedback é o processo pelo qual a pessoa busca obter informação sobre si mesma, ou seja, preocupa-se em saber o que os outros pensam dela.

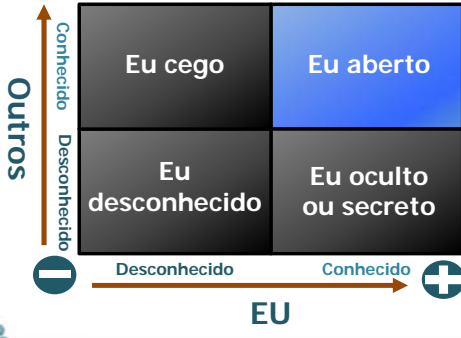


Janela de Johari

- A teoria da Janela de Johari coloca em dois eixos perpendiculares os processos de dar e receber feedback.



Janela de Johari



Outros	Conhecido	Eu cego	Eu aberto
	Desconhecido	Eu desconhecido	Eu oculto ou secreto
		Desconhecido	Conhecido
		EU	

Janela de Johari

• **Eu cego** – conhecido pelos outros, mas não por ele.
A pessoa eleva a voz, mas não o percebe; surpreende-se quando chamada de “agressiva”.

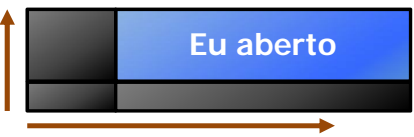
Janela de Johari

• **Eu desconhecido** – desconhecido dele e dos demais.
Numa situação adversa, a pessoa apresenta um comportamento inesperado, que surpreende a todos e a ela mesma.

Janela de Johari

• **Eu oculto ou secreto** – conhecido por ele, mas desconhecido pelos outros.

Janela de Johari



• Eu aberto – conhecido por ele e por todos com quem convive.

Para ampliar o “eu aberto” receba feedback.

Momento do cochicho

• Qual destes vídeos chamou a sua atenção e por quê?

Vamos experimentar?

Compartilhando o "eu secreto"



Compartilhando o "eu secreto"

- Forme grupos de 6 pessoas.
- Cada pessoa deve escrever num pedaço de papel algo sobre si que o grupo nem imagine. (Ex.: um talento; um esporte; uma mania; uma experiência.)

➔

Compartilhando o "eu secreto"

- Coloque seu papel no balão.
- Estoure o balão e tente descobrir de quem é a história!

Feedback

- Feedback ou crítica construtiva, nada mais é do que a mensagem a uma pessoa ou grupo, visando dar-lhe informações sobre como sua atuação está afetando os demais.

Feedback

- Feedback é um mecanismo que aproveita o relacionamento interpessoal como oportunidade de desenvolvimento.



Feedback

- O feedback pode ser positivo ou corretivo.

Técnica de Feedback

- Seja específico.
- Focalize o problema.
- Dê tempo para a pessoa assimilar e responder.

➔

Técnica de Feedback

- Explore o momento certo.
- Evite a generalização do feedback.
- Mantenha a mente aberta.


**Recomendações
para o desenvolvimento
de nossa Inteligência
Emocional**

**Comece por colocar mais
entusiasmo em sua vida!**


- A palavra "ENTUSIASMO" é "enthousiasmós", que significa "inspiração divina".
- Quando você coloca entusiasmo em suas palavras e atitudes, você estará exteriorizando uma força poderosa!

➔


- **Tenha sempre objetivos em sua vida.**
Estabeleça-os para todas as áreas: afetiva, familiar, espiritual, profissional, perante a comunidade.
- **Valorize sua família e amigos.**



- **Seja solidário.**
Doe seu tempo, seu talento e inspiração a uma causa nobre.
- **Ouçã sua intuição nos momentos de indecisão.**



- **Viva o presente.**
HOJE deve ser o dia mais precioso de sua vida.
- **Esteja sempre aberto ao aprendizado.**





Atividade Externa

- Solicite a alguém de sua confiança um feedback pessoal.
