

# Ousadia & Inteligência Emocional

## A Jornada do Equilíbrio

Luciana Malini

Palestrante

Treinadora de Inteligência Emocional



**CICLO DE PALESTRAS 2024**

O Sincor-ES e o CVG-ES, tem o prazer de anunciar o retorno do "Ciclo de Palestras" e convidam para palestra:

## Ousadia e Inteligência Emocional

Com:  
**Luciana Malini**

**Data: 18-04-2024**  
**Horário: 08:30hs**

**Local: Auditório do Sincor-ES**  
Av. Leitão da Silva, 1387 - Sala 509 Edf. Sheila,  
Bairro Gurigica em Vitória-ES

**Corretores Associados e Seguradoras Parceiras.**

Faça já sua Inscrição enviando e-mail:  
[cadastro@sincor-es.com.br](mailto:cadastro@sincor-es.com.br)

**VAGAS LIMITADAS**

Cirurgiã-Dentista, formada em Odontologia pela UFES, servidora pública da Saúde/PMV, especialista em Gestão Pública pelo IFES, Desenvolvimento Humano pela Febracis, pós em Liderança estratégica pela FDC e Albert Einstein, com mais 3 especializações na área de gestão, liderança e desenvolvimento humano, é Coach Life, Palestrante e treinadora de equipes de alta performance.

# Quem sou?

## Especialista em:

- Treinamento de pessoas - Febracis
- Mais Líderes - Vetor Brasil
- Gestão Pública Municipal - IFES
- Estratégia de Saúde da Família - UFES

## Experiência profissional:

- Gerente de Atenção em Saúde-GAS/SEMUS/PMV
- Diretora de Unidade de Saúde - Vitória
- Ex Secretária Municipal da Serra
- Cirurgiã-Dentista



**Luciana Malini**  
@lucianamalini



# OUSADIA & Inteligência Emocional

## A Jornada do Equilíbrio



**Seja muito bem-vindo/a!**



**Parabéns pela ousadia de  
estar aqui!**



**Bora falar!**  
Ousadia  
Inteligência Emocional  
Espectativas





## Atreva-se a ter ousadia?

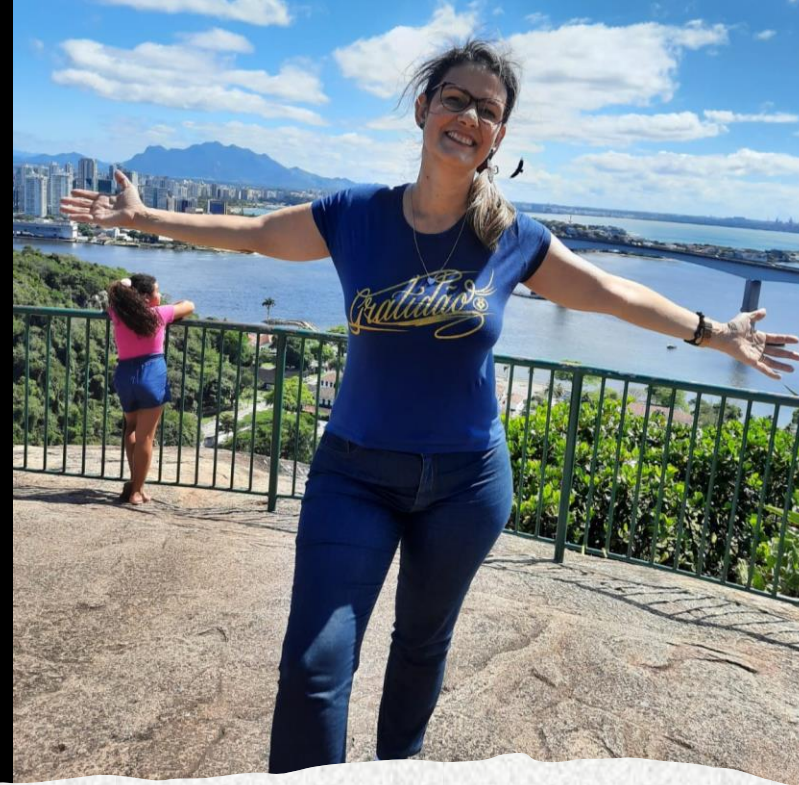
- Uma pessoa ousada...
  - utiliza suas oportunidades de modo inteligente
  - “medindo” cada passo em busca do sucesso, seja em atitudes do dia a dia ou em projetos profissionais.
- 
- Quem tem ousadia...possui inovação...é corajoso e valente.



Tudo é ousado  
para quem a  
nada se atreve.

Fernando Pessoa





2013 a 2020

Caminhada de OUSADIA pode nos levar a novos ambientes e oportunidades...



“Em vez de vivermos de julgamentos e críticas, devemos ousar, aparecer e deixar que nos vejam.

Isso é a coragem de ser imperfeito!”

*Brené Brown*

# Sonhar é ousar



Programa Saúde do Escolar/PMV  
Experiência :  
**CIRCUITO DA VIDA**

**UBS Andorinhas  
EMEF Izaura  
Marques**



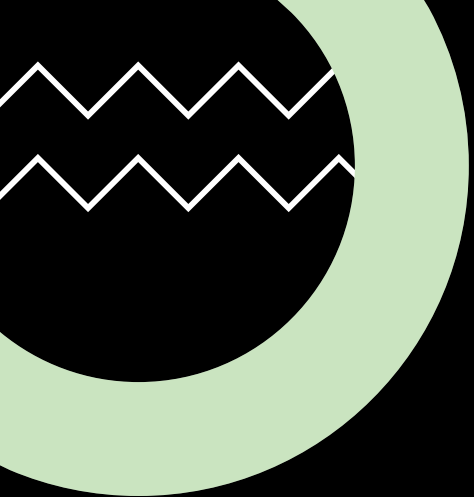
2020 a 2021



Liderar é ousar...  
Ressignificar, apesar  
da dor e das crises







Pós em Gestão de Lideranças  
VETOR BRASIL / VAMOS



2022



Ousadia...  
É a oportunidade de novas  
e ricas experiências...



2023



Férias:  
Mudança de casa



- “Não importa o que você seja, quem você seja, ou o que deseja na vida, a **ousadia** em ser diferente reflete na sua personalidade, no seu caráter, naquilo que você é.

E é assim que as pessoas lembrarão de você um dia.”

**Ayrton Senna**

2023 / 2024



# OUSADIA nas oportunidades

Tenha ousadia de encarar toda oportunidade como se fosse a única da sua vida.



Projeto "CIRCUITO DA VIDA"  
Secretaria de Saúde  
Vitória 2024

Projeto "Trocando uma ideia"  
Secretaria das Mulheres  
Serra 2019

# 16/04/2024: Informações recentes... cenário mundial sobre empresas arrojadas e ousadas na gestão de pessoas e equipes.

## As 15 habilidades do trabalho do futuro de acordo com o Fórum Econômico Mundial

1. Aprendizagem ativa e estratégias de aprendizado
2. Pensamento analítico e inovação
3. Criatividade, originalidade e iniciativa
4. Liderança
- 5. INTELIGÊNCIA EMOCIONAL**
6. Pensamento crítico
7. Resolução de problemas complexos
8. Resiliência, tolerância ao estresse e flexibilidade

9. Programação
10. Ser orientado aos serviços para o cliente
11. Raciocínio lógico
12. Experiência do usuário
13. Uso, monitoramento e controle de tecnologias
14. Análise e avaliação de sistemas
15. Persuasão e negociação

PDI - Plano  
Desenvolvimento  
Individual



PDE - Plano  
Desenvolvimento  
**EMOCIONAL**



**Você está feliz  
com os seus  
resultados?**

---





## O que é inteligência emocional?

- "Inteligência emocional é eu me conectar com a emoção certa, e tirar o meu melhor"

*Paulo Vieira*



- “É uma das habilidades que amplia a capacidade do indivíduo gerenciar a si mesmo como também suas relações sociais, e familiar, além de melhorar a produtividade e harmonia no ambiente de trabalho e na vida pessoal.”

*Augusto Cury*

# Quer ter sucesso?

- Ouse...

investir em desenvolver suas habilidades de **relacionamento interpessoal**.

- **Conhecimento é 15% do resultado da vitória de uma pessoa;**
- **E 85% é o que a pessoa faz com seu conhecimento.**





| Competência pessoal   | Competência relacional  |
|---|---|
| <b>Autoconsciência</b> <ol style="list-style-type: none"><li>1. Conhecimento de si mesmo</li><li>2. Autoavaliação precisa</li><li>3. Autoconfiança</li></ol>  | <b>Consciência do outro</b> <ol style="list-style-type: none"><li>1. Empatia</li><li>2. Prestatividade</li><li>3. Percepção organizacional</li><li>4. Valorização da diversidade</li></ol>  |
| <b>Autorregulação</b> <ol style="list-style-type: none"><li>1. Autocontrole emocional</li><li>2. Integridade</li><li>3. Orientação para resultados</li><li>4. Adaptabilidade</li><li>5. Iniciativa e inovação</li><li>6. Orientação para aprendizagem</li></ol> | <b>Construção de relacionamentos</b> <ol style="list-style-type: none"><li>1. Comunicação</li><li>2. Desenvolvimento de pessoas</li><li>3. Facilitação do desempenho da equipe</li><li>4. Gestão de conflitos</li><li>5. Poder de influência</li><li>6. Incentivo a mudanças</li><li>7. Liderança inspiradora</li></ol> |

Qual o seu medo?

O que precisa deixar ir, ou, ficar para trás?

Quais competências e habilidades precisa desenvolver?



# O Poder da Ousadia

---

Treine suas competências e habilidades de inteligência emocional.

Ferramenta importante dos grandes vencedores.

---

W I L L S M I T H IS  
*KING RICHARD*  
Based on a true story of Venus and Serena Williams.



# Fundamentos da Inteligência Emocional

Os cinco componentes da inteligência emocional:

1. Autoconhecimento
2. Autogerenciamento
3. Empatia
4. Habilidades sociais
5. Automotivação



# Componentes da inteligência emocional:

# 1



# AUTOGERENCIAMENTO: TEMPO E TAREFAS

2



3

# Empatia

é a arte de ver as coisas  
de um ponto de vista  
que não seja o seu



ESPAÇO  
PSIQUISMO

# 4

## HABILIDADES SOCIAIS...SÃO PARA A VIDA:



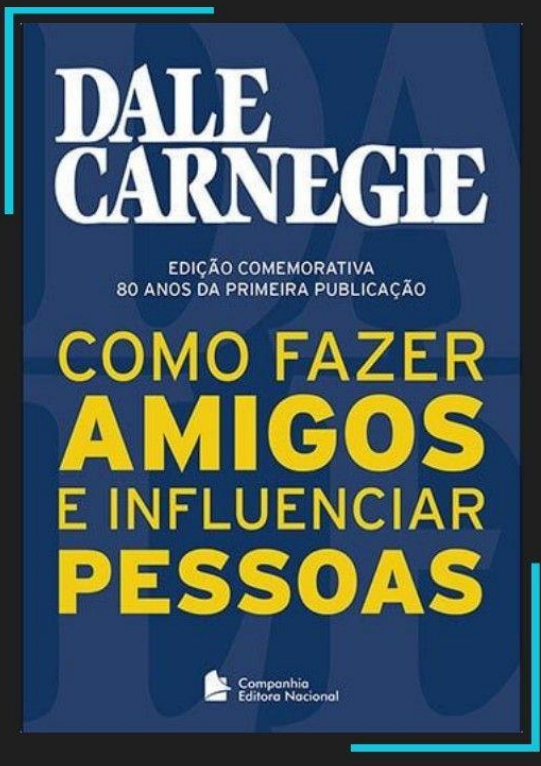
# 5

## O que faz seu coração bater mais FORTE?



### 5 LIÇÕES DO LIVRO COMO FAZER AMIGOS E INFLUENCIAR PESSOAS

- 1) Fale sobre os **interesses** das outras pessoas.
- 2) Deixe a outra pessoa pensar que **a idéia é dela.**
- 3) **Ouçã com atenção.** Faça com que a pessoa fale sobre ela mesma.
- 4) Faça com que a outra pessoa se sinta **importante.** Mas isso de forma sincera sem **bajulação.**
- 5) Sempre lembre-se do **nome** das pessoas - para elas esse é o som mais doce que se pode ouvir.

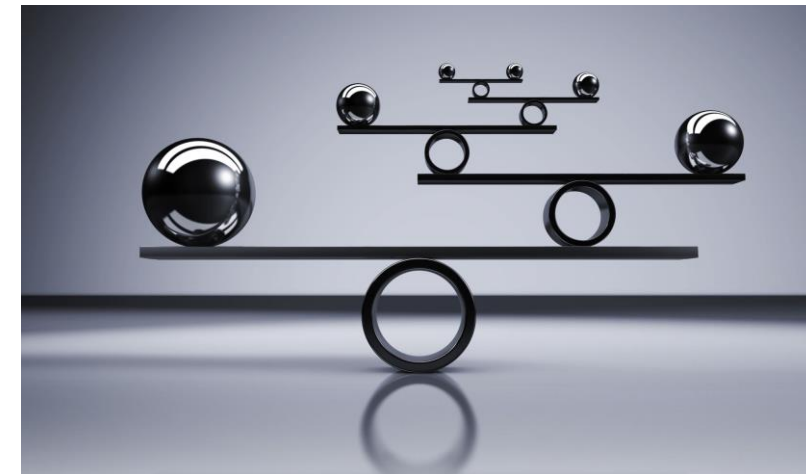


**AUTOMOTIVAÇÃO...**  
para influenciar amigos e  
pessoas deve vir do coração.  
*Dale Carnegie*

# Equilíbrio entre ousadia e inteligência emocional

A importância de equilibrar a ousadia com a inteligência emocional:

- Possibilita a viver o melhor da vida.
- Reduzimos riscos desnecessários.
- Favorece a tomar decisões mais conscientes e assertivas.





# Desenvolvendo Ousadia e Inteligência Emocional

Você conhece os pilares centrais de uma vida equilibrada?

Mapa de autoavaliação sistêmico/MAAS

- Sugestões de livros:

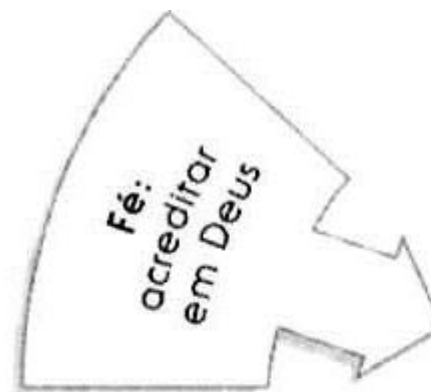
O Médico das Emoções- Augusto Cury

O Poder da Ação- Paulo Vieira

O Poder da Autorresponsabilidade -Paulo Vieira

Dica para desenvolver sua melhor versão:

Experimentar um processo Coaching

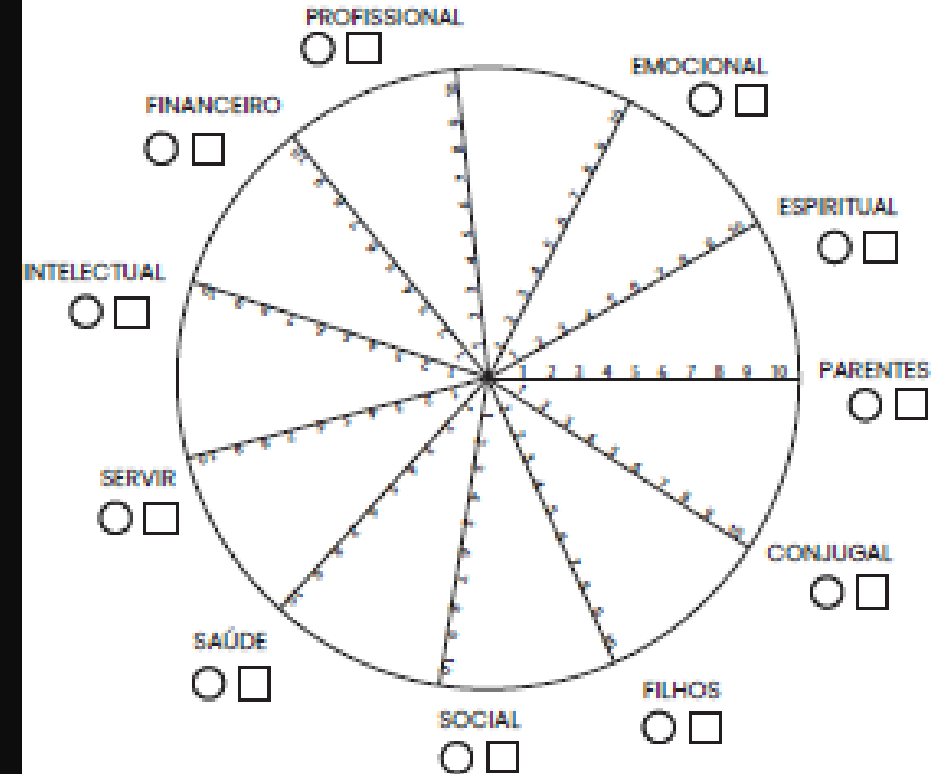


# Aplicação Prática

Vamos avaliar a nossa vida em 4 passos:

1. Como estamos vivendo hoje em cada pilar da RODA DA VIDA?
2. Quais observações percebe em cada pilar?
3. Como você quer estar com sua vida daqui há 5 a 10 anos?(carta)
4. O que te impede de ser feliz ou melhor?

MAPA  
DE AUTOAVALIAÇÃO  
SISTÊMICA



Avaliação: (usar cores diferentes para cada nível de avaliação)  
≥ 5 = Muito crítico    3 a 4 = Crítico    1a2 = Bom

# Aplicação Prática

---

- Vamos dar forma aos nossos monstros!?
  - O que impede você?
  - Qual o nome do seu monstro?
- 



# Reflexões: Ousadia & Inteligência Emocional



O que faz seu coração  
bater mais FORTE?



Autoconhecimento



Relacionamento  
Interpessoal no Ambiente  
de Trabalho



Conhecimento



Uma palavra  
simples que  
transforma  
suas vendas e  
sua vida  
pessoal.

Tenha ousadia para encarar a vida, por meio do olhar de uma criança, para expressar suas necessidades.

**Vídeo**

Dúvidas?

**Qual sua motivação para ser ousado e atender as pessoas com inteligência emocional?**

**Compartilho com você minha inspiração para dar o meu melhor diariamente:**

**Jesus Cristo**





**“O líder é aquele que sabe o que quer alcançar e consegue inspirar os outros a também desejarem.”**  
*Simon Sinek*



**“Algumas pessoas querem que algo aconteça, outras desejam que aconteça, outras fazem acontecer”.**  
*Michael Jordan*





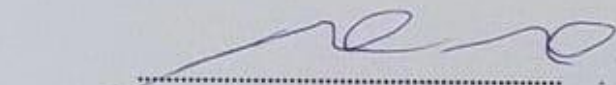
# Agradecimento

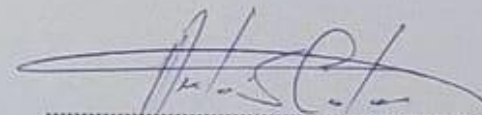
Agradecemos imensamente a

*Luciana Malini*

por compartilhar seu conhecimento e experiência conosco durante a palestra inspiradora "Ousadia e Inteligência Emocional". Sua abordagem envolvente e perspicaz cativou a todos os corretores de seguros presentes, proporcionando insights valiosos sobre como cultivar a coragem e a inteligência emocional em nosso trabalho e vida pessoal.

Vitória-ES, 18 de Abril de 2024.

  
.....  
José Romulo da Silva  
Presidente do Sincor-ES

  
.....  
Antônio Santa Catarina  
Presidente do CVG-ES

Quero saber sua opinião!



@LUCIANAMALINI



**Luciana  
Malini**  
TREINADORA DE INTELIGÊNCIA  
EMOCIONAL

## Gratidão!

- **Comece a criar hoje, sua melhor versão.**
- **Vamos juntos impactar pessoas!**



# Quem sou?

## **Especialista em:**

Treinamento de pessoas - Febracis

Mais Líderes - Vetor Brasil

Gestão Pública Municipal - IFES

Estratégia de Saúde da Família - UFES

## **Experiência profissional:**

Gerente de Atenção em

Saúde-GAS/SEMUS/PMV

Diretora de Unidade de Saúde - Vitória

Ex Secretária Municipal da Serra

Cirurgia-Dentista

