

O melhor festival
pré-carnaval do Brasil

Dia 23/01

Compre já



Com o novo UOL Curso de Inglês,
você aprende de verdade!

Matricule-se!

O que você procura:

Buscar

Empresa

Serviços

Cadastro

Depoimentos

Imprensa

Mapa do site

Importamento



Testes

Descubra como está a sua Inteligência Emocional



A inteligência emocional como aliada à ascensão profissional feminina

Nos tempos das vovozinhas era normal afirmar que lugar de mulher era na cozinha. Cozinha lembra panela e água fervente. Água fervente lembra a "síndrome do sapo cozido". Comenta-se que o sapo não é capaz de perceber as alterações gradativas que ocorrem na temperatura. Tal fato poderá por em risco a sua existência, pois se o animal for colocado em um ambiente que esteja sendo aquecido lentamente, certamente perecerá.

É possível fazer uma correlação desta situação com os negócios e também com a atuação dos profissionais: se eles não perceberem as mudanças que estão ocorrendo, igualmente serão "cozidos".

Como não são sapos e não querem ser cozidas, as mulheres aproveitam as oportunidades que surgem ou que criam. E o resultado é que elas estão desenvolvendo novas atividades, assumindo novas responsabilidades, dando um novo aspecto ao cenário profissional. E tudo isso, sem perder a sua essência, lidando

com os afetos e as emoções. E é assim que a Inteligência emocional se transforma em uma grande aliada no desenvolvimento profissional.

Para tanto é necessário saber que a Inteligência Emocional é a habilidade de entender as emoções próprias e dos outros e empatizar. Ela possui dois componentes: a inteligência intrapessoal, que é a habilidade de administrar a própria emoção, e a inteligência interpessoal, ou seja, a habilidade em reconhecer emoções das outras pessoas.

Na prática, o que se quer dizer é que é necessário controlar as próprias emoções. Especialistas informam que isso é possível. É necessário também ter uma missão de vida bem definida nas três instâncias (corpo, mente e espírito) e girar sempre de forma alinhada com essa missão, tanto no aspecto pessoal, como profissional, evitando assim, que a vida a leve para qualquer lugar: escolher para onde se quer ir é sempre melhor. E esteja aberta às novas ideias.

Para ser emocionalmente preparada para lidar com os conflitos, administrando-os, e, antecipadamente já definir estratégias para lidar com situações de medo e raiva, mas também de alegria e de amor e saber comunicá-las, é preciso que haja contrariedade.

Por isso faz diferença na construção de uma carreira de sucesso. E o que é melhor: sem sapos cozidos, claro!

Por Odilon Medeiros

Gosto 0

Tweet

Leia mais

Como viver com menos e seja feliz!

Como você está disponível para mudar?

Como aprender a dizer NÃO!

7 Coisas que Não Devem ser Feitas numa Entrevista de Emprego

Desemprego em alta - veja 7 orientações para um reposicionamento adequado

[Clique aqui e veja todas as matérias](#)



Encontre os melhores preços
de medicamentos e leia bulas



Marque sua consulta agora. É grátis!

BoaConsulta
.com



Notícias de última hora

Novas coberturas para planos de saúde entram em vigor em 2/1/2016

A vacina contra dengue foi aprovada no Brasil no dia 28/12

Como colocar as resoluções de ano novo em prática?

Metade dos brasileiros pretende comprar roupas para passar o Ano Novo, diz pesquisa

Depressão e suicídio afetam cerca de 15% dos idosos no Brasil

Dieta Eficaz

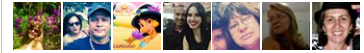


Portal Sentir Bem
11.046 curtidas

Curtir Página

Cadastre-se

Seja o primeiro de seus amigos a curtir isso.



Empresa

Serviços

Cadastro

Depoimentos

Imprensa

Mapa do site



Assine 0800 703 3000 SAC Bate-papo E-mail Notícias Esporte Entretenimento Mulher PagSeguro

BUSCAR

06 - 2013

redução total ou parcial sem prévia autorização (Inciso I do Artigo 29 - Lei 9.610/98). Todos os direitos são reservados à Sentir Bem. Este site e todo seu conteúdo são somente de caráter informativo e não são adequados a todos internautas. Os visitantes deste site devem consultar seu médico antes de tomar qualquer decisão que diz respeito à sua saúde. O Sentirbem e seus afiliados não são responsáveis por nenhum dano causado por terceiros partes não afiliadas."

Desenvolvido