



# Gestão

## Liderança e Emocional

VOÇÊ NO CONTROLE



**LÍDER**  
**VOCÊ DECIDE**

**TOMAR UMA DECISÃO  
SEJA ELA QUAL FOR,  
É SEMPRE MELHOR DO  
QUE FICAR PARADO!**



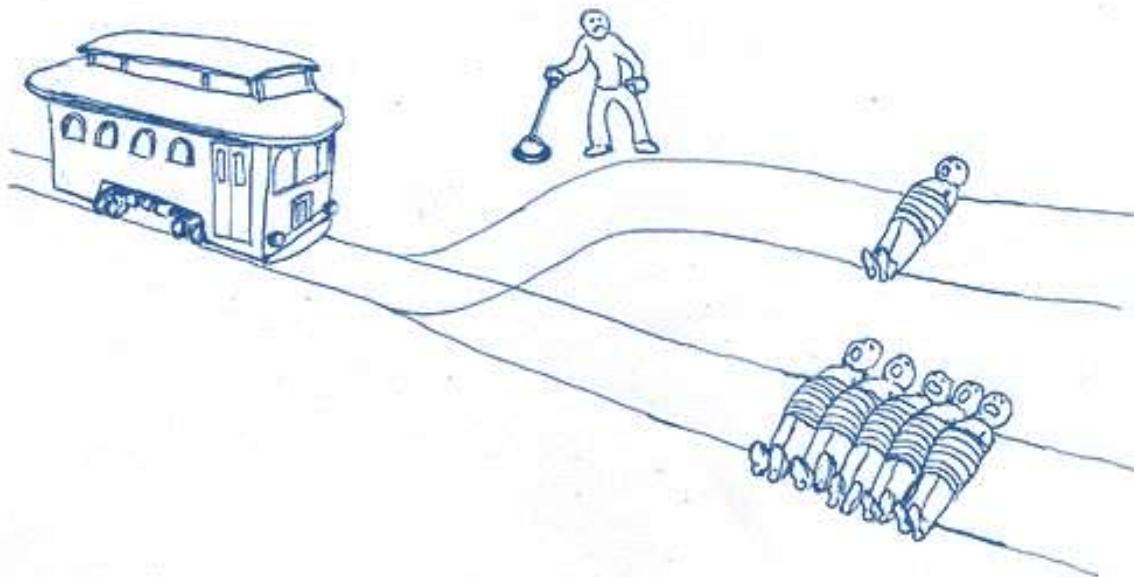


# Gestão

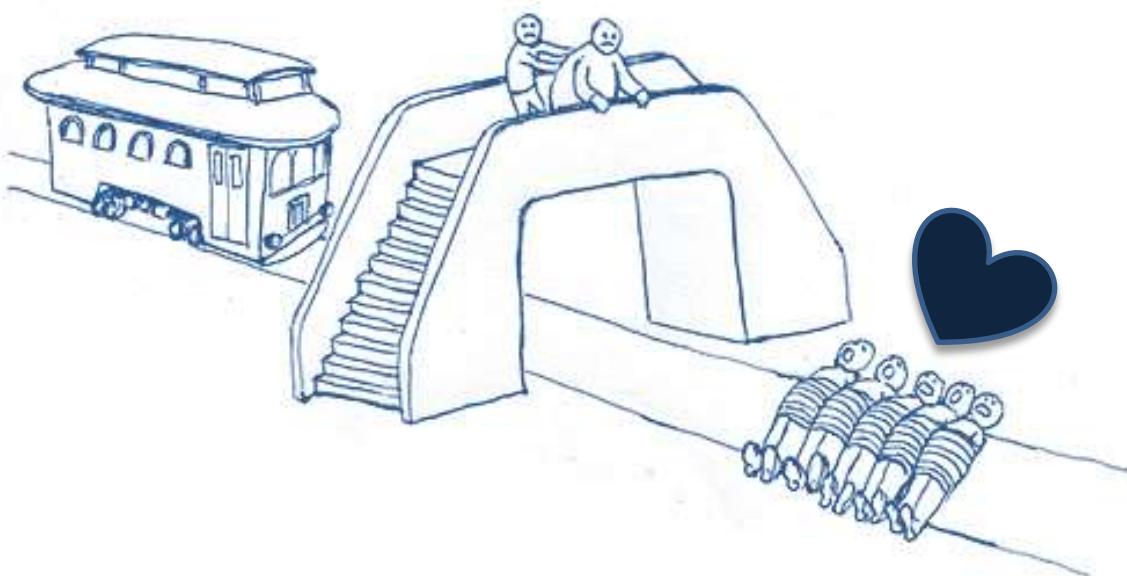
Liderança <sup>e</sup> Emocional

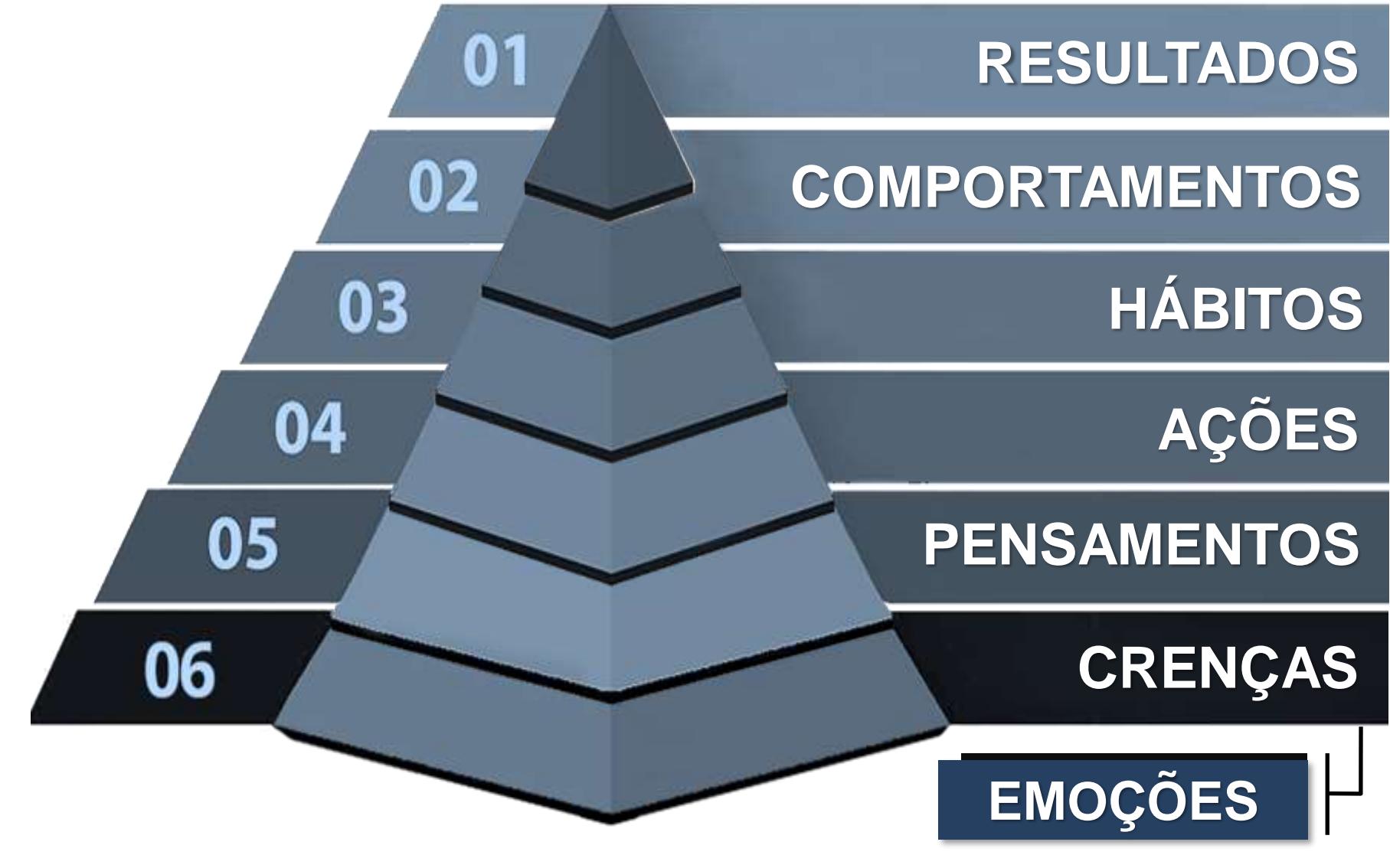
VOÇÊ NO CONTROLE

## O DILEMA DO BONDE



# E AGORA?





# RESULTADOS

COMPORTAMENTOS

HÁBITOS

AÇÕES

PENSAMENTOS

CREENÇAS

EMOÇÕES



# Gestão

Liderança <sup>e</sup> Emocional

VOÇÊ NO CONTROLE

# UFC 229

Nevada/EUA

06/12/2018



Mc Gregor x Khabib Nurmagomedov

# NAC aplica suspensão e multa a Khabib Nurmagomedov e Conor McGregor por briga no UFC 229

A confusão envolvendo o campeão peso-leve do UFC, Khabib Nurmagomedov, e o ex-campeão da categoria, Conor McGregor, após o UFC 229, que aconteceu dia 6 de outubro, só teve um desfecho nesta terça-feira. Quase três meses depois da pancadaria, que se iniciou após o russo finalizar o irlandês e pular a grade do octógono para revidar as provocações da equipe adversária, a Comissão Atlética de Nevada (NAC) optou por condenar ambos os lutadores. Khabib terá que pagar uma multa de US\$ 500 mil (cerca de R\$ 1,8 milhão) e suspensão de nove meses. Entretanto, a pena pode ser reduzida para seis meses caso ele promova alguma ação antibullying em Nevada. O irlandês, por sua vez, recebeu US\$ 50 mil (cerca de R\$ 180 mil) de multa, e seis meses de gancho. As penas são retroativas ao dia do evento. Caso ambos cumpram os seis meses,



# **POUSO DE EMERGÊNCIA**

**Brasília/BRA**

**28/03/2014**





# Gestão

Liderança <sup>e</sup> Emocional

VOÇÊ NO CONTROLE

# INTELIGÊNCIA EMOCIONAL

5 HABILIDADES



# AUTOCONHECIMENTO

Capacidade de reconhecer as próprias emoções e sentimentos antes ou no momento em que eles ocorrem. Em geral as pessoas com esta habilidade desenvolvida são melhores “pilotos” das suas vidas.



# AUTOCONTROLE

Habilidade de lidar com as próprias emoções e sentimentos, adequando-os para cada situação. Tendo consciência das emoções negativas que nos bloqueiam, podemos nos libertar delas por meio de um processo dirigido pela razão.



# AUTOMOTIVAÇÃO

Capacidade de motivar a si mesmo e realizar as tarefas e ações necessárias para alcançar seus objetivos, independente das circunstâncias. Em geral pessoas que tem um propósito de vida mantém-se frequentemente motivadas.



# EMPATIA

Empatia é a habilidade e prática de ler as emoções dos outros e responder de forma apropriada. Enquanto as três habilidades anteriores se referem às nossas emoções, esta lida com as emoções do outro.

---



# HABILIDADES SOCIAIS

São as habilidades ligadas aos relacionamentos interpessoais, ou seja, a capacidade de gerir e lidar com grupos de pessoas, exercendo uma influência positiva sobre os outros (tanto em um nível pessoal como profissional).



# COMO DESENVOLVER?

**MOTIVAÇÃO** = motivo para ação / querer

**AUTOCONHECIMENTO** = treinamento / se conhecer

**FEEDBACK** = conversas / avaliações / **você não!**

**COMUNICAÇÃO** = relacionamento / empatia

## INTELIGÊNCIA SOCIAL



O Q.I. - Quociente de Inteligência prevê de 10 a 20% do sucesso na vida ou carreira!



**Gestão**  
*Liderança e Emocional*  
VOÇÊ NO CONTROLE



[www.coachtigo.com.br/mptmt](http://www.coachtigo.com.br/mptmt)



# COACH TIGO

---

PALESTRAS & TREINAMENTOS

[contato@coachtigo.com.br](mailto:contato@coachtigo.com.br)

**65 99967-3687**

Instagram/**coachtigo**  
facebook.com/**coachtigo**

**WWW.COACHTIGO.COM.BR**