

CURSO DE FORMAÇÃO

Fiscal Municipal de
Controle Urbanístico e
Ambiental

Realização: Gerência de Normatização e Capacitação da Fiscalização



LIDERANÇA E DESENVOLVIMENTO PESSOAL

Parte II

Por: Raquel Guimarães



Proposta do Encontro de hoje

- *No encontro anterior, fizemos dois testes - AUTODIAGNÓSTICO DE INTELIGÊNCIA EMOCIONAL e PERFIL DE PREDOMINÂNCIA CEREBRAL. Hoje você já sabe se pensa e age predominantemente como um Gato, um Tubarão, um Lobo ou uma Águia*
 - *No **Módulo II**, vamos saber mais um pouquinho sobre esses Perfis Comportamentais. **O que o motiva?** E como os perfis predominantes influenciam nas nossas crenças, pensamentos e ações? Teorias de Carl Jung e William Marston*
 - *A **RODA DA VIDA** e dicas para VOCÊ elaborar o seu **PDI**: estão preparados para mergulhar mais um pouquinho nesse mundo do seu “EU”?*
-

Todos com o Gabarito e os Resultados em mãos?

	A	I	C	O
1				
2				
3				
4				
5				
...				

Verifique os Resultados!



Quantas respostas você obteve para cada letra?

Após isso, multiplique o resultado por quatro. A soma de todas as respostas após a multiplicação deve ser igual ao numeral 100.

Caso você não obtenha esse valor final, revise a transcrição das respostas e os cálculos realizados.

$$C \underline{\hspace{2cm}} \times 4 = \underline{\hspace{2cm}} \%$$

$$A \underline{\hspace{2cm}} \times 4 = \underline{\hspace{2cm}} \%$$

$$O \underline{\hspace{2cm}} \times 4 = \underline{\hspace{2cm}} \%$$

$$I \underline{\hspace{2cm}} \times 4 = \underline{\hspace{2cm}} \%$$

Aproveitem para separar folhas em branco para o exercício de hoje



O que motiva cada um dos perfis?

C = Gato simboliza o comunicador;

A = Tubarão é o executor;

O = Lobo, o indivíduo organizado.

I = Águia, a pessoa idealizadora

Identificar os perfis podem nos auxiliar a lidar com Stress, Ansiedade e a Dinâmica da nossa Sociedade

- *Você sabia que: se algo nos leva a um forte estresse, **podemos desligar percepções** ou até mesmo deixar de acessar recursos internos como a criatividade e a tão falada inteligência emocional*
 - ***Nossas crenças não definem quem somos.** No filme, “O Oficial e o Espião” Dreyfus - oficial da artilharia francesa, de ascendência judaica - transformou suas emoções em pensamentos e ações positivas. E o Inspetor não cedeu a sua “**Tendência cognitiva**”*
 - *A forma como lidamos com nossas **EMOÇÕES** e com as nossas **CRENÇAS** influenciam nossos **SENTIMENTOS** e nossos **COMPORTAMENTOS***
-

O Oficial e o Espião - Filme de Roman Polanski que aborda o caso Dreyfus - reflete nossa capacidade de reformular julgamentos

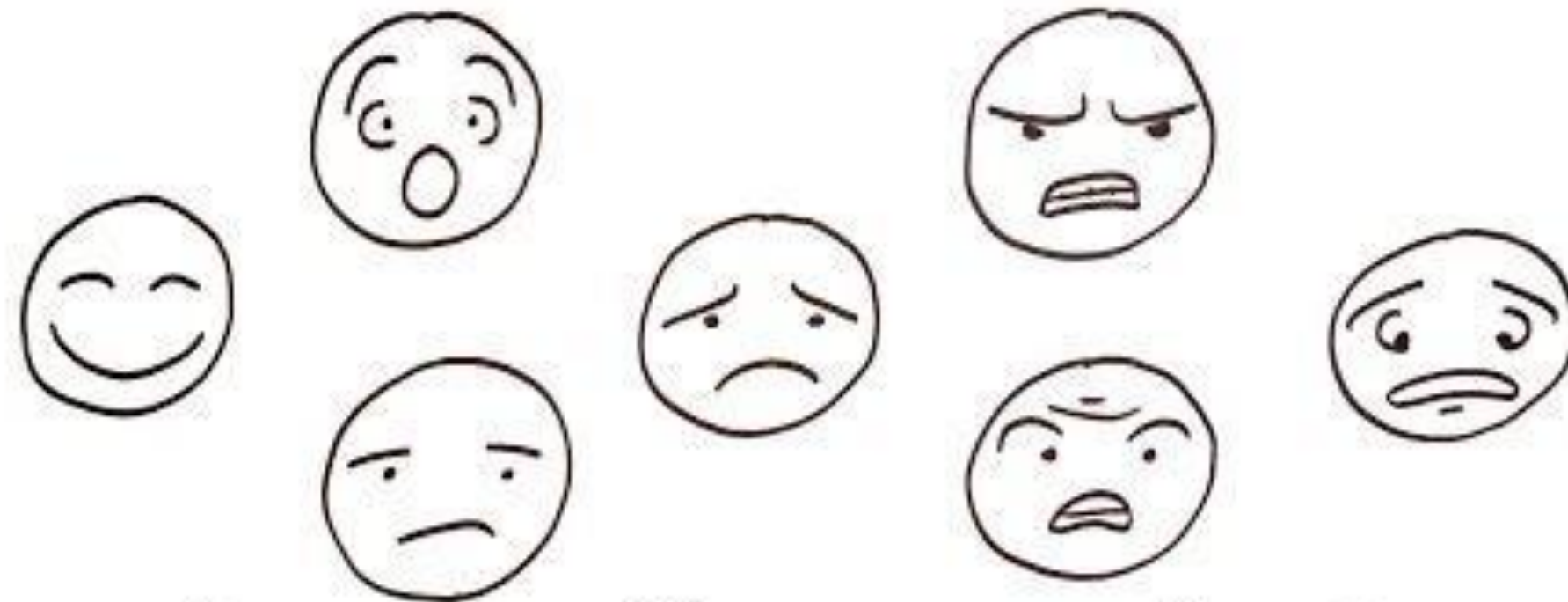


Um viés cognitivo (ou tendência cognitiva) é um padrão de distorção de julgamento, levando à distorção perceptiva, ao julgamento pouco acurado, à interpretação ilógica, ou ao que é amplamente chamado de irracionalidade.

Ao ter acesso a documentos sigilosos, Picquart desvenda uma série de equívocos que levaram à condenação de Dreyfus

Dreyfus era um oficial da artilharia francesa da Alsácia. Ele foi condenado à prisão perpétua por supostamente comunicar segredos militares franceses à Embaixada da Alemanha em Paris

E aí? Vocês estão atentos às emoções de vocês? Conseguem perceber as “tendências cognitivas”? Têm se observado?



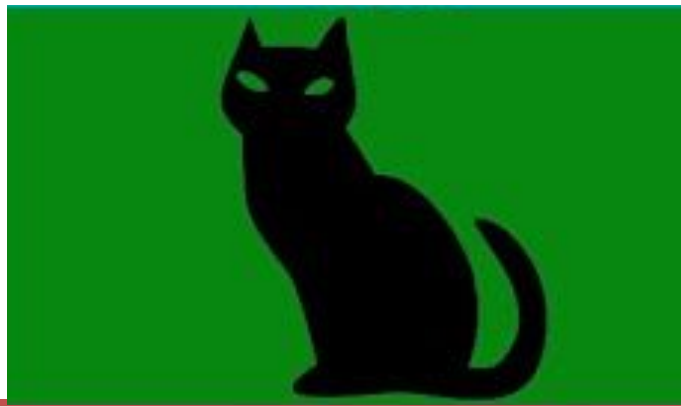
O QUE SÃO EMOÇÕES?

Emoções negativas podem gerar sentimentos... estresse...

- *O estresse eleva o CORTISOL. Se o estresse é pontual e você supera a questão, os níveis hormonais e o processo fisiológico voltam a normalidade.*
 - *Mas quando isso se prolonga, os níveis de CORTISOL disparam...*
 - *E o organismo começa a metabolizar mais energia e afetar o funcionamento geral do nosso corpo (ansiedade e o estresse crônicos podem levar à disfunções como a insônia, síndrome do pânico, diabetes e outras doenças)*
 - *Além disso afetam a memória, o humor, a criatividade e o bem estar geral*
-

Inteligência Emocional

- *Todas as emoções são úteis, trazem informações necessárias e nos mobilizam para agir, porém, as emoções negativas são assim consideradas porque liberam substâncias tóxicas no organismo. Em vez de pretender evitar emoções, precisamos aprender com elas, ajustar a forma como as expressamos e processá-las melhor...*
 - *Segundo Daniel Goleman, a inteligência emocional é a capacidade de **reconhecer nossos próprios sentimentos e os dos outros** para nos motivarmos e **para gerirmos as emoções** em nós mesmos e nas relações interpessoais.*
 - *Esse autor é um dos vários estudiosos que defende que a inteligência emocional tem mais responsabilidade sobre nosso sucesso que o QI (coeficiente de inteligência) não apenas no contexto profissional, mas nas várias circunstâncias de nossa vida, sobretudo quando nos relacionamos com outras pessoas. Daí a importância de entender o SEU PERFIL e O PERFIL DA PESSOA com quem você está lidando.*
-



GATO - Relacional

Motivações:

- Ambiente harmônico;
- Segurança e Aceitação Pessoal;
- Construir o consenso;
- Reconhecimento da Equipe;
- Supervisão compreensiva;
- Trabalho em Grupo

Para alcançar seus objetivos delega atribuições e adora trabalhar em equipe



ÁGUIA - Experimental

Motivações:

- Liberdade de expressão;
- Ambiente de trabalho descentralizado;
- Ausência de controles rígidos;
- Liberdade para fazer exceções;
- Oportunidade para delegar tarefas e detalhes;

Para alcançar seus objetivos adora inovar e está aberto às mudanças



TUBARÃO - Controlador

Motivações:

- Liberdade para agir individualmente;
- Controle das próprias atividades;
- Resolver os problemas do seu jeito;
- Competição individual;
- Variedade de Atividades;
- Não ter que repetir tarefas;

Para alcançar seus objetivos, gosta de organização, tem uma tendência a concentrar as decisões e estabelecer uma divisão de tarefas que esteja sempre sob sua supervisão



LOBO - Analítico

Motivações:

- Compreensão exata de quais são as regras;
- Ter conhecimento de competências específicas do trabalho;
- Eliminar os riscos e erros;
- Trabalhar com possibilidades, alternativas e certezas;
- Ver o produto acabado - começo, meio e fim;
- Obter resultados exitosos;

Para alcançar seus objetivos gosta de fazer todas as análises. É sempre muito prático e objetivo e trabalha sempre com planejamento: escopo e prazos bem definidos.

Vejam que você tem um perfil predominante, mas você tem resultados em todos os perfis!



Reavalie os valores obtidos para cada letra (___ X 4=___). Você já sabe as características de cada perfil isolado.

Todos nós temos um pouco de cada tipo de comportamento.

Agora vamos saber como os perfis não dominantes têm influenciado as nossas crenças, pensamentos e ações.

Até o momento falamos de perfil comportamental. Agora vamos falar de Personalidade!



SOME OS RESULTADOS, QUE OS PASSAREMOS PARA UM GRÁFICO:

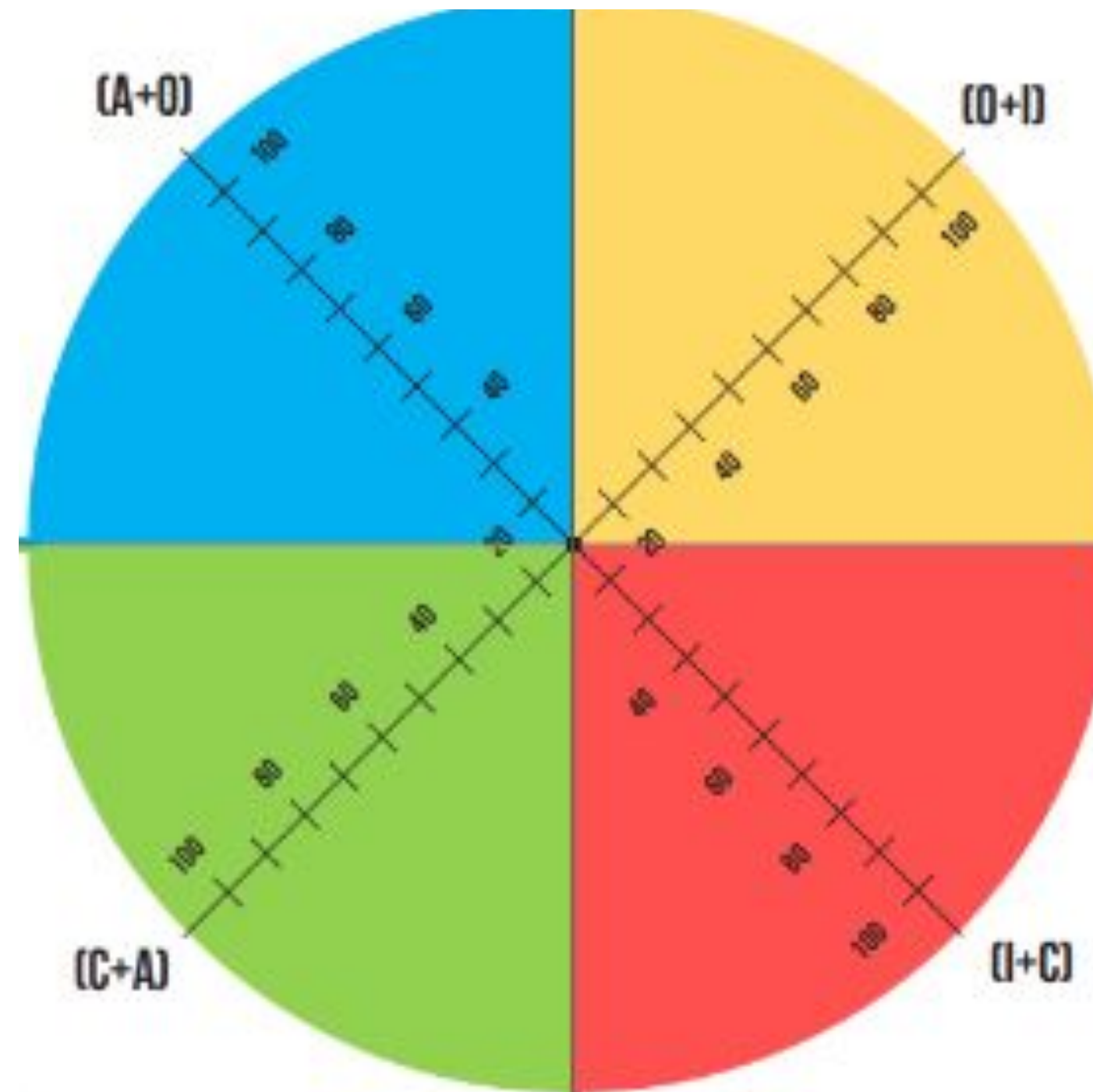
$$O+I = \underline{\quad}$$

$$I+C = \underline{\quad}$$

$$C+A = \underline{\quad}$$

$$A+O = \underline{\quad}$$

SOMOU OS RESULTADOS? Bora desenhar esse gráfico?



TRANSPONHA OS RESULTADOS:

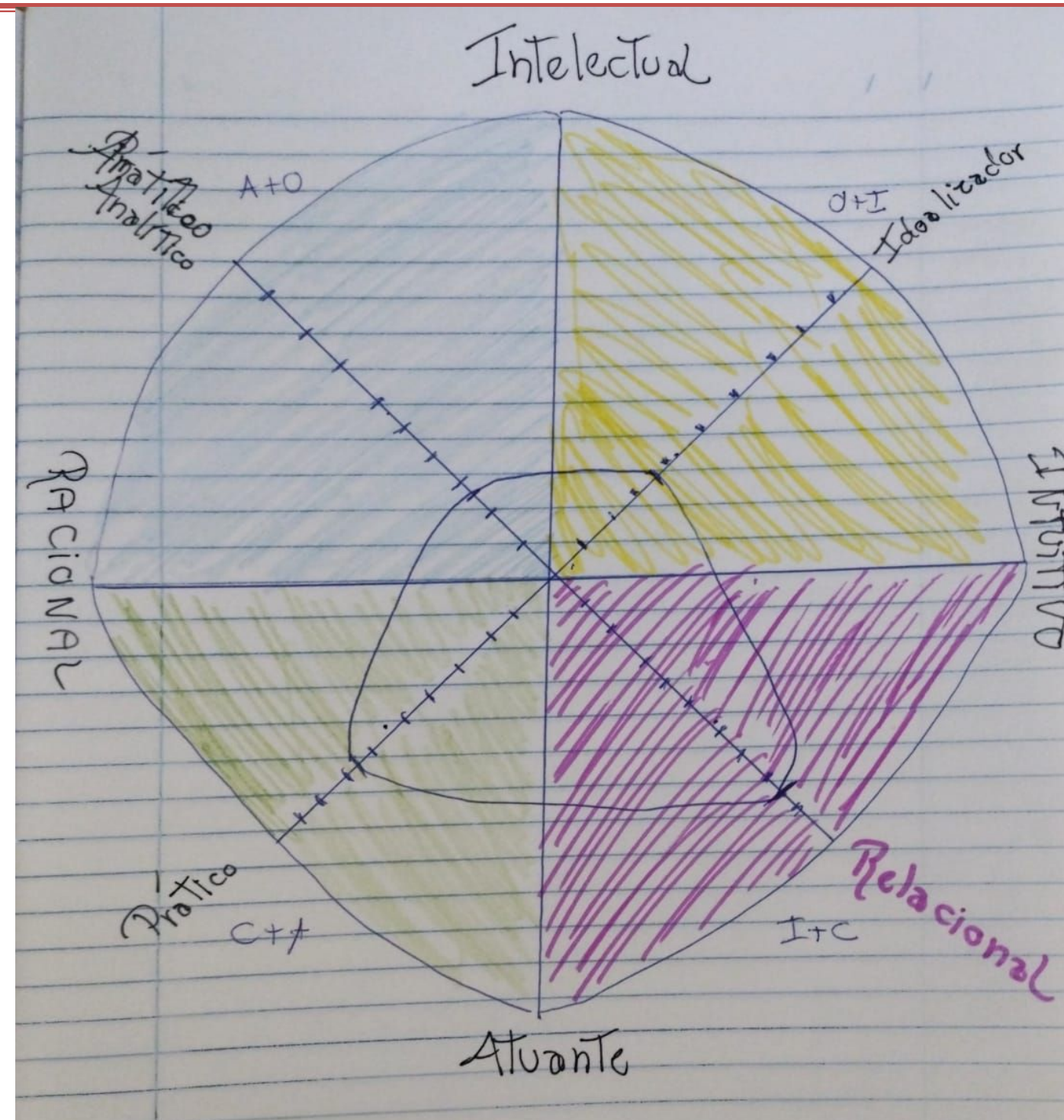
DIREITO SUPERIOR (O+I)

DIREITO INFERIOR (I+C)

ESQUERDO INFERIOR (C+A)

ESQUERDO SUPERIOR (A+O)

Podem usar caneta esferográfica, canetinha, lápis de cor, lápis de cor...



TRANSPONHA OS RESULTADOS:

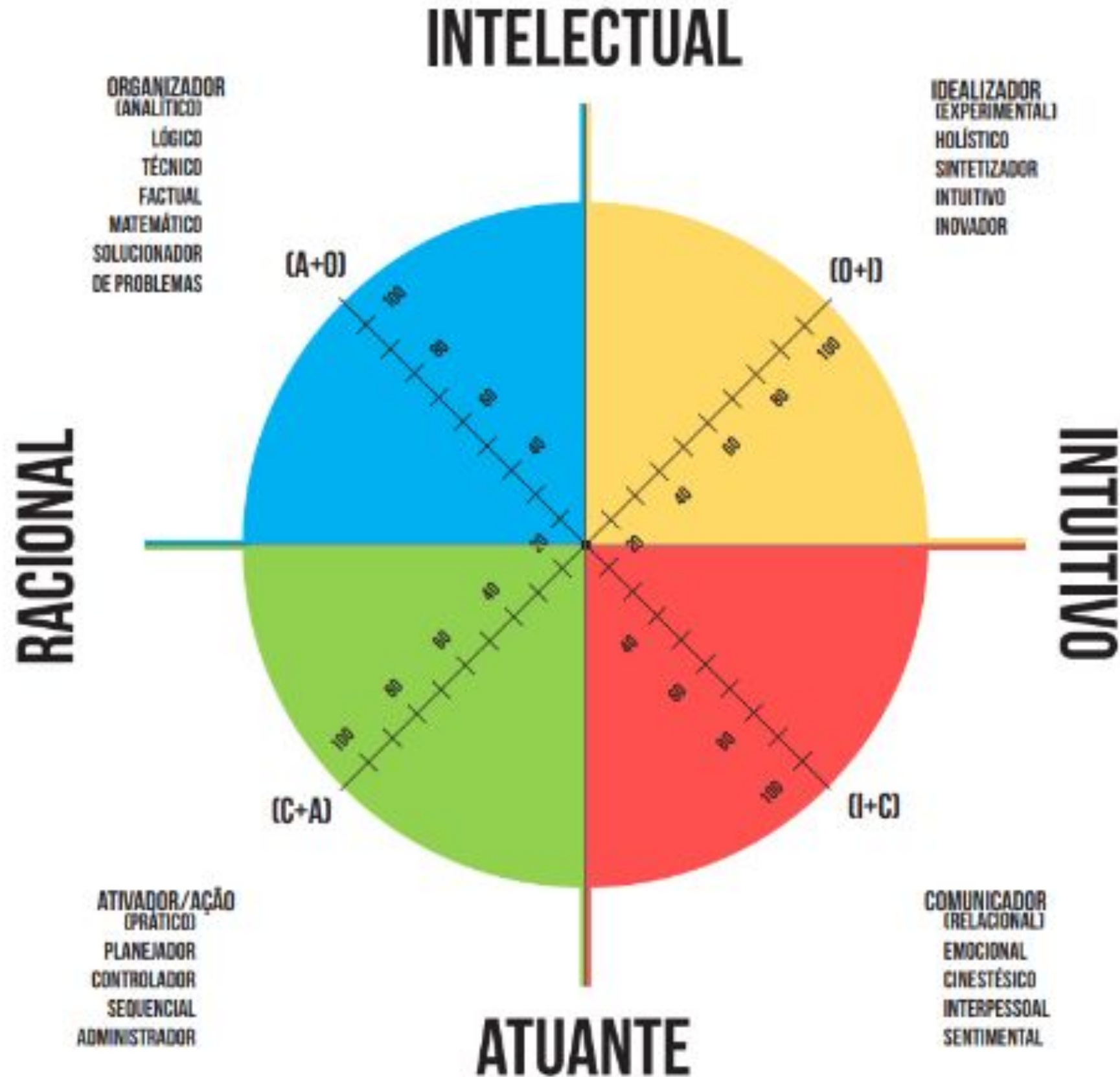
DIREITO SUPERIOR (O+I)

DIREITO INFERIOR (I+C)

ESQUERDO INFERIOR (C+A)

ESQUERDO SUPERIOR (A+O)

DESENHO? AGORA VAMOS COMPLETÁ-LO



- INTELECTUAL
- Dir. Superior (O+I) - **Idealizador**
- INTUITIVO
- Dir. Inferior (I+C) - **Relacional**
- ATUANTE
- Esq. Inferior (C+A) - **Prático**
- RACIONAL
- Esq. Superior (A+O) - **Organizador**

MARQUE OS RESULTADOS NO SEU GRÁFICO

AO FINAL LIGUE OS PONTOS DAS INTERSECÇÕES COM OS EIXOS E CONHEÇA UM POUCO MAIS SOBRE O TESTE DE DOMINÂNCIA CEREBRAL DO NED HERMANN

IDEALIZADOR (EXPERIMENTAL) - O+I - HOLÍSTICO, SINTETIZADOR, INTUITIVO, INOVADOR

COMUNICADOR (RELACIONAL) - I+C - EMOCIONAL CINESTÉSICO INTERPESSOAL SENTIMENTAL

ATIVADOR/AÇÃO (PRÁTICO) - C+A - PLANEJADOR CONTROLADOR SEQUENCIAL ADMINISTRADOR

ORGANIZADOR (ANALÍTICO) - A+O - LÓGICO, TÉCNICO, FACTUAL, MATEMÁTICO, SOLUCIONADOR

HÁ OUTRAS TEORIAS...

William Marston, a partir de 1928, traz a **Teoria DISC** - Dominância, Influência, Estabilidade e Conformidade. Avaliação DISC é um teste psicométrico **para examinar o comportamento dos indivíduos em um determinado ambiente.**

Carl Jung, a partir de 1950, traz alguns perfis de personalidade...

SENSITIVO é um bom planejador

INTUITIVO é um bom comunicador

ANALÍTICO, busca conformidade em seu perfil de comportamento

PRODUTOR, dominante, prático

CURIOSIDADE - Filme baseado na vida de William Marston





Escolha o seu par!!!

**Sabedores dos perfis
comportamentais, tentem descobrir
os perfis dominantes de colegas de
sua Equipe de Trabalho**

Vamos nos conhecer um pouco mais com a Roda da Vida

PESSOAL

PROFISSIONAL

RELACIONAMENTOS

QUALIDADE DE VIDA



DESENHE O SEU CÍRCULO EM UMA FOLHA DE PAPEL

Sua “Pizza” terá 12 fatias!

4 Quadrantes, cada um subdividido em 3 subquadrantes

E as linhas que separam esses quadrantes também divididas em 10 pontos, como no exercício da Teoria da Dominância Cerebral



Quadrante Pessoal - LARANJA

SUBDIVIDIR CADA QUADRANTE EM 3 SUBQUADRANTES:

- Plenitude e Felicidade
- Desenvolvimento Intelectual
- Equilíbrio Emocional



Quadrante Pessoal - LARANJA

PLENITUDE E FELICIDADE:

- O que é plenitude e felicidade pra você?
- Qual o seu nível de satisfação com este ponto da da sua vida pessoal?
- De 1 a 10 - Marque!



Quadrante Pessoal - LARANJA

DESENVOLVIMENTO INTELECTUAL

- O que é Desenvolvimento Intelectual pra você?
- Qual o seu nível de satisfação com este ponto da sua vida pessoal?
- De 1 a 10 - Marque!



Quadrante Pessoal - LARANJA

EQUILÍBRIO EMOCIONAL

- **O que é Equilíbrio emocional pra você?**
- **Qual o seu nível de satisfação com este ponto da sua vida pessoal?**
- **De 1 a 10 - Marque!**



Quadrante Profissional - AZUL

SUBDIVIDIR CADA QUADRANTE EM 3 SUBQUADRANTES:

- Realização e Propósito
- Recursos Financeiros
- Contribuição Social



Quadrante Profissional - AZUL

REALIZAÇÃO E PROPÓSITO:

- O que é Realização e Propósito pra você?
- Qual o seu nível de satisfação com este ponto da sua vida profissional?
- De 1 a 10 - Marque!



Quadrante Profissional - AZUL

RECURSOS FINANCEIROS:

- O que significa ter Recursos Financeiros para você?
- Qual o seu nível de satisfação com este ponto da sua vida profissional?
- De 1 a 10 - Marque!



Quadrante Profissional - AZUL

CONTRIBUIÇÃO SOCIAL:

- O que é Contribuição Social pra você?
- Qual o seu nível de satisfação com este ponto da sua vida profissional?
- De 1 a 10 - Marque!



-

Quadrante Relacionamentos - ROSA

SUBDIVIDIR CADA QUADRANTE EM 3 SUBQUADRANTES:

- Família
- Relacionamento Amoroso
- Vida Social



Quadrante Relacionamentos - ROSA

FAMÍLIA:

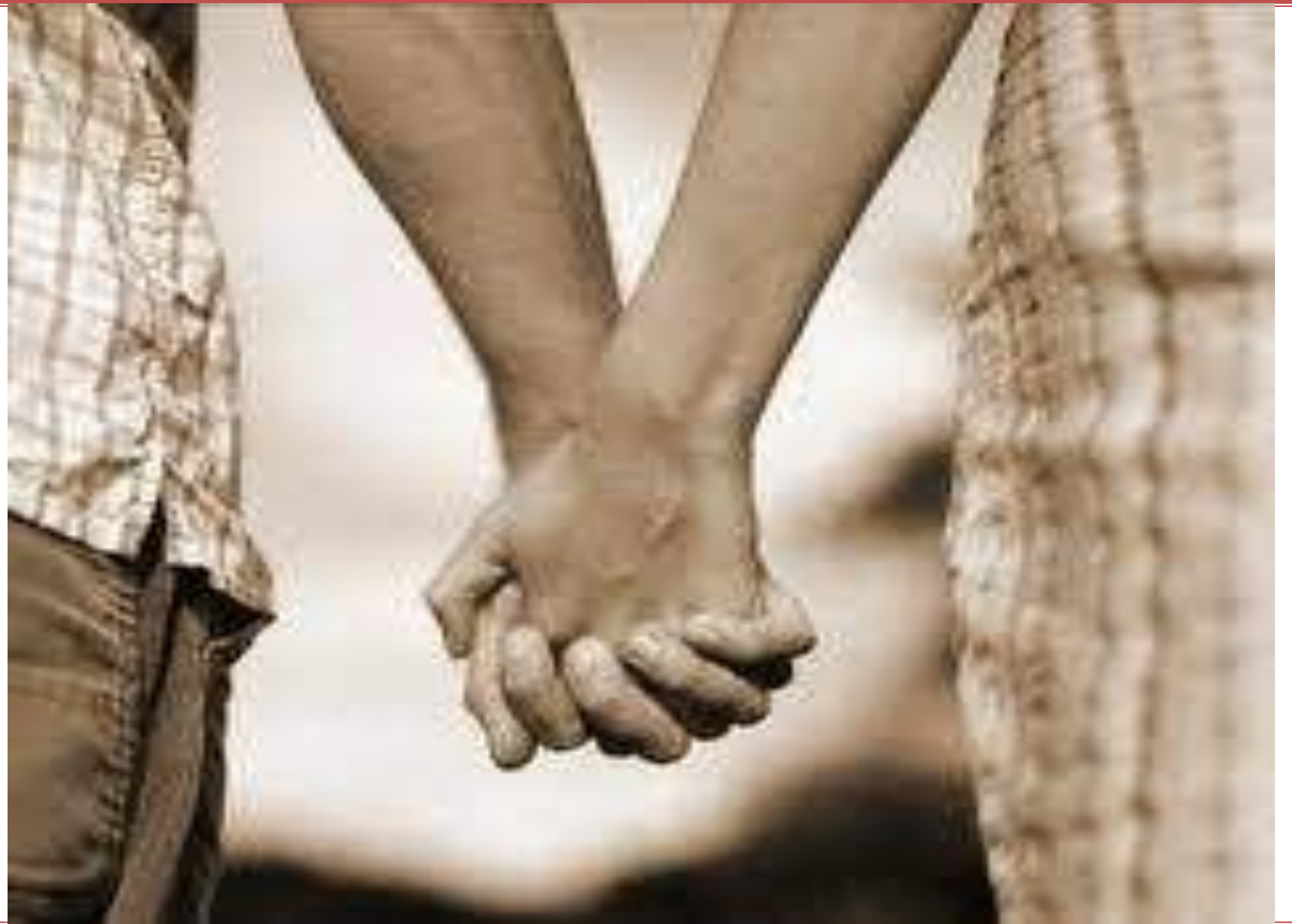
- O que é Família pra você?
- Qual o seu nível de satisfação com este ponto da sua área de relacionamentos?
- De 1 a 10 - Marque!



Quadrante Relacionamentos - ROSA

RELACIONAMENTO AMOROSO:

- O que é Relacionamento Amoroso pra você?
- Qual o seu nível de satisfação com este ponto da sua área de relacionamentos?
- De 1 a 10 - Marque!



Quadrante Relacionamentos - ROSA

VIDA SOCIAL:

- O que é Vida Social pra você?
- Qual o seu nível de satisfação com este ponto da sua área de relacionamentos?
- De 1 a 10 - Marque!



Quadrante Qualidade de Vida - VERDE

SUBDIVIDIR CADA QUADRANTE EM 3 SUBQUADRANTES:

- Hobbies e Diversão
- Saúde e Disposição
- Espiritualidade



Quadrante Qualidade de Vida - VERDE

HOBBIES E DIVERSÃO:

- O que é hobbies e diversão pra você?
- Qual o seu nível de satisfação com este ponto da da sua qualidade de vida?
- De 1 a 10 - Marque!



Quadrante Qualidade de Vida - VERDE

SAÚDE E DISPOSIÇÃO

- O que é Saúde e Disposição pra você?
- Qual o seu nível de satisfação com este ponto da sua qualidade de vida?
- De 1 a 10 - Marque!



Quadrante Qualidade de Vida - VERDE

ESPIRITUALIDADE:

- O que é espiritualidade pra você?
- Qual o seu nível de satisfação com este ponto da da sua qualidade de vida?
- De 1 a 10 - Marque!



COMO FICOU SUA RODA?



SE A SUA RODA FOSSE UMA RODA REAL, COMO SERIA O PASSEIO?

PONTO DE ALAVANCAGEM: Qual dessas áreas (subárea!) que, ao colocar mais foco, você irá conseguir alavancar várias outras áreas da sua vida?

POR QUE? Por que essa área escolhida é importante para você?

O QUE? O que você gostaria de desenvolver nessa área escolhida? Liste.

O QUE? O que você gostaria de desenvolver nessa área escolhida?

O QUE? O que você acredita que precisa fazer de hoje até semana que vêm, que pode te deixar mais próximo do objetivo escolhido na Roda da Vida?

COMPROMISSO: Em uma escala de 0 a 10, o quanto você se compromete em realizar aquilo que você se comprometeu?

O que você pode fazer para aumentar o seu comprometimento?

QUANDO: Estabeleça uma data limite para cada ação estabelecida

Plano de Ação - O que? Como? Prazo!!!!

Para cada ação defina um prazo. Trabalhe com *sprints* curtos!

O que?	Como?	De ___ / ___ a ___ / ___

Até o próximo encontro!



Fonte de consulta e pesquisa para adaptação do material: Vídeos e imagens do Youtube e materiais didáticos dos cursos de especialização e formação ministrados pela FUMEC, Fundação Dom Cabral, Fundação João Pinheiro e Escola Virtual de Governo

Gratidão.

Raquel Guimarães



Gratidão.

Equipe SUFIS
