



PEOPLE SMART
AJUDANDO VOCÊ A ENTENDER DE PESSOAS

“Se não souber o caminho, qualquer estrada serve” ...

Você já ouviu esse ditado? Se não souber o caminho qualquer estrada serve!

"Cada um de nós faz o seu próprio clima e determina a cor do céu do universo emocional no qual deseja habitar."

Todas as descobertas significativas foram rompimentos com antigos modos de pensar sobre suas atitudes.

Para sermos fortes nos momentos difíceis, devemos para, respirar e saímos do ambiente de pressão. À medida que buscamos renovar-nos regularmente, encontramos muitos obstáculos, como sensação de que estamos ocupados demais para Afinar o Instrumento (VOCÊ) ou sem autodisciplina necessária para nos mantermos firmes em nossos objetivos e compromissos, sejam eles pessoais ou profissionais.

São esses os momentos difíceis, incluem algumas atitudes proativas, como:

- *Ter disciplina para se alimentar e praticar alguma atividade física que te deixe mais feliz e saudável;*
- *Controlar seus impulsos e raiva nos momentos onde você identifica e sabe que deve ter mais Inteligência Emocional;*
- *Ser humilde e saber que nunca terá controle pleno da situação e que outras pessoas a sua volta poderão ajudá-lo em áreas onde você mesmo desconhece ou tem pouco conhecimento/ expertise.*



PEOPLE SMART
AJUDANDO VOCÊ A ENTENDER DE PESSOAS

Para renovarmos nosso cérebro, e aumentarmos nossa eficácia, devemos buscar outras fontes de energia, pois assim constantemente nosso corpo, coração, mente e espírito serão renovados, sem que você necessite ficar se lamentando pelo que deixou de fazer ou realizar de forma produtiva!

Fonte e estudo: Fabio Mautari.

www.peoplesmart.com.br

“AJUDANDO VOCÊ A ENTENDER DE PESSOAS”

