

JORNADA  
\$10K\$  
MENTE INABÁVEL

Não seja um  
**BESOURO!**



# Inteligência Emocional

A palavra **inteligência**, em si, significa: capacidade de **extrair informações**, aprender com as **experiências**, **adaptar-se** ao ambiente, **compreender** e utilizar corretamente o **pensamento** e a **razão**.



Capacidade de **identificar e lidar** com as suas emoções.

Habilidade de **agir da melhor forma possível**, mesmo diante das emoções.

Permite que **você escolha** como vai reagir diante das situações.

Tá, mas como eu **aprimoro** a minha inteligência emocional!?



## Você **se conhece**?



Quais são suas **3 principais qualidades**?

*disciplinado, resiliente, otimista, paciente, bom ouvinte,  
persistente, confiança, honestidade*



Quais são seus **3 principais pontos fracos**?

*desatento, memória fraca, perfeccionista, dificuldade em dizer “não”,  
desastrado, estabonado*



**Como** posso usar isso **ao meu favor**?

“Tudo que você **é** e **vive hoje** é resultado daquilo  
que você **plantou no passado.**”



MENTE INABALÁVEL

TROPA  
BRIZOLA

Você é um  
**reclamão?**

Use o **elástico!**



# Sua mente é **mimada!**

preguiçosa, procrastinadora, medrosa, teimosa e joga contra você!



# O ciclo do **sucesso**

consiste em **3 etapas** fundamentais



Não tente **pular etapas!**  
Isso pode **custar caro** lá na frente.



# Sobre **problemas**

**1.**

**DEU TRETA?**

sofre **rápido** e foque na **solução!!**

**2.**

**UM DIA RUIM NÃO SIGNIFICA UMA VIDA RUIM!**

**dias difíceis fazem parte** da caminhada!

**3.**

**DIANTE DE UM PROBLEMA SE PERGUNTE:**

daqui **5 anos**, isso **vai mudar algo** na minha vida!?

LIDANDO COM AS  
ADVERSIDADES

TROPA  
BRIZOLA

# E se eu **depositasse** **R\$86.400** na sua conta?

Você costuma se **irritar com facilidade** ou por **coisas pequenas**?

A vida é um **presente**,  
mesmo com todas as **adversidades**.



LIDANDO COM AS  
ADVERSIDADES

TROPA  
BRIZOLA

# A oração dos sábios





# LIDANDO COM AS ADVERSIDADES

TROPA  
BRIZOLA

Jamais crie **expectativas**, ela anda lado a lado com a **decepção**, ainda mais quando essa expectativa está ligada a **outra pessoa!!**



“Procuro me sentir feliz | Sabe por quê?  
Porque eu não espero | Nada de ninguém  
Expectativas | Sempre machucam”



*viva a vida - felipe duran*



# Não tente **controlar** o **incontrolável!!**



LIDANDO COM AS  
ADVERSIDADES

# Jamais se compare com os **outros!**

Opte por se comparar **com você mesmo** de um **ano atrás**.

VOCE EM  
2019

VOCE EM  
2020

VOCE EM  
2021

VOCE EM  
2022



TROPA  
BRIZOLA



MENTE INABALÁVEL

TROPA  
BRIZOLA



Mindset de **Bebê**

# LIDANDO COM AS ADVERSIDADES

TROPA  
BRIZOLA

TENTA MAIS UM **POUQUINHO!**



# Dieta de notícias

Gratidão



Felicidade



Energia



Resultados

Estímulo Ruim



Medo



Negatividade



Insegurança

Positividade **não é um dom, é uma habilidade!**

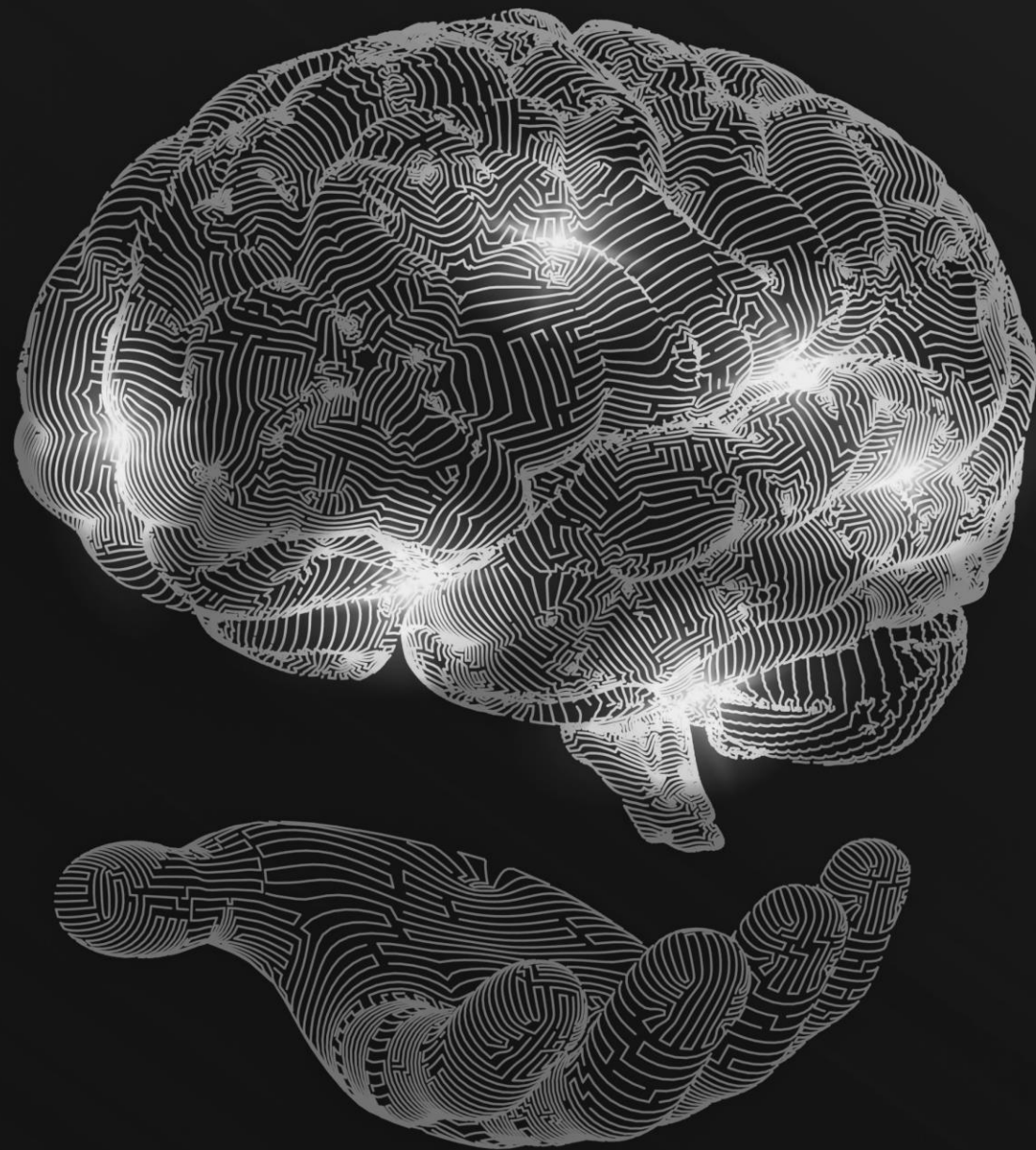


## Os **conselheiros** invisíveis.



## Medindo sua **inteligência emocional**

busque sempre atualizações para o seu software





JORNADA  
10K

